

ВЕСТА®

16+

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Май

№ 5 (288) 2019

Уважаемые читатели!

Присоединяйтесь к нашей группе «Газета «Веста-М» — официальная группа» «ВКонтакте» <https://vk.com/vesta.gazeta>, и вы первыми сможете узнавать интересные новости, общаться с другими участниками сообщества, делиться рецептами, советами, информацией, задавать интересующие Вас вопросы.

Мы ждём вас!

Сегодня в номере:

Ежемесячное издание для женщин

Учредители:

Костына А.В. и Костына М.И.

Издатель:

ООО Издательство «Веста-М»

394030 г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Издание зарегистрировано
в Комитете Российской Федерации
по печати. Рег. № 014813
от 15.05.1996 года.

Главный редактор КОСТЫНА

Марина Ивановна

Адрес редакции:

г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Для почты:

394000, Воронеж, а/я 537

Телефон редакции:

(473) 251-22-13

Факс: (473) 251-22-13

E-mail: info@vesta-m.vrn.ru

Наш сайт: vesta-m.info

Присланные по почте рукописи не
рецензируются и не возвращаются.

Редакция в переписку с читателями не
вступает.

Мнение авторов не всегда совпадает с
мнением редакции.

Ответственность за содержание и
достоверность сведений в рекламе и
объявлениях несет их податель.

Перепечатка материалов, помещенных в
«Весте-М», без письменного разрешения
редакции не допускается.

Директор

по распространению

Галина СТАРОДУБЦЕВА

Телефон (473) 235-59-75

Номер подписан в печать:

11 апреля 2019 г.

По графику в 11:00, фактически в 11:00.

Дата выхода 27 апреля 2019 года.

Отпечатано в ГУП РО

«Рязанская

областная типография»

390023, г. Рязань, ул. Новая, 69/12

тел. (4912) 44-87-80

По всем случаям полиграфического
брака обращаться в типографию.
Заказ № 945.

Тираж 161100 экз.

Цена свободная.

Подписной индекс

в каталоге «Почта России» —

П2181,

в «Каталоге российской прессы» —

60672.

Подписку можно оформить

на сайте: VIPISHI.RU

На первой странице — Валентина
Волгоградская обл.

КОСМЕТИКА

- Не только глазки, как у Анюты.
- Прищип, прищип, где ты, прищип?
- Губы пострадали.
- Крем для ног и... лица.
- Они еще пригодятся.

САЛОН КРАСОТЫ

- Нарядно и просто: из трех жгутов.
- Прическа для принцессы.
- Средства всегда под рукой.
- Все свое — вожу с собой.
- Без кондиционера.
- Изменяем оттенки.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

- Ешьте кашу — будете здоровы.
- Красивые руки без дряблости кожи.
- Три причины неудач в похудении.
- Зачем нам баня после нагрузки.
- Петрушка против сезонной аллергии.
- На завтрак только яблоки.
- Про любимую мозоль.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

- Чужие традиции.

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

- Народные средства при лечении диабета, подагры, трофической язвы, болей в суставах.
- Хлеб — всему голова?
- Как легко и просто очистить сосуды.
- Зеленая аптека: сабельник болотный.
- «Скажите, доктор...» — на вопросы читателей отвечают врачи: гинеколог, педиатр, дерматовенеролог.

У ЮРИСТА

- Юрист отвечает на письма читателей.

ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

- Психолог отвечает на письма читателей.

СВОИМИ РУКАМИ

- Палантин-шарф-снуд, кофточка с драпированными полочками и сумка, связанные на спицах, и накидка с бахромой, связанная крючком.
- Необычный букет.
- Спортивная обувь плюс...
- Шнурки в стиле омбре.
- Готовимся к пляжному сезону.
- Платок и шарфик в новой роли.
- Оригинальные джинсы.

ВАШ СТИЛЬ

- Нарядные платья для особых случаев.
- Шпилька возвращается.
- Сумочка, сумка, сумиша.
- Чтобы голову не напекло.

К ВАШЕМУ СТОЛУ

- 17 рецептов, чтобы приготовить их на природе и дома.

ХОЗЯЮШКЕ

- Всего лишь влажное полотенце.
- Маринады для куриной грудки.
- Охладите сыр.
- Искушайте жемчуг в море.

ИНТЕРЬЕР

- Настенные панно.

ВАШ САД

- Соломенная ягода.
- Размножение земклуники.
- Всем заборам забор.

МОЛОДОЙ МАМЕ

- Игры со светом.
- Тренировка быстрого чтения.

МУЖЧИНА В ВАШЕЙ ЖИЗНИ

- Долго ли, коротко ли — а свадьбе быть!
- Как его вернуть.
- Если ваш мужчина — вдовец.

ПОЗНАЙ СЕБЯ

- Гороскоп с 15 мая по 15 июня.
- Тест. Как выбрать туфли для особого случая.

ПРАВОСЛАВНАЯ СТРАНИЦА

- Священник отвечает на вопросы читателей.
- Православный календарь на июнь.

ВЕЛИКИЕ ЖЕНЩИНЫ

- Она подарила миру историю Джейн Эйр.

АХ, ЭТИ ЗВЕЗДЫ!

- Путь к славе.
- Медийные шефы: Александр Селезнев и Константин Ивлев.

ПРОСТО ПОЧИТАТЬ

- 19 условий.

НА ДОСУГЕ

- Сканворд. ● Анекдоты.

Читайте в следующем номере:

- Популярная у мужчин. ● Жизнь прекрасна!!! ● Гармоничные союзы.
- Чего вам ждать от этого лета? ● Для лучшего взаимопонимания. ● Вторая жизнь.
- Полезное питье или здоровое питание. ● Развенчание мифов. ● Все внимание на ноги!
- Рамки в старой и новой роли. ● За полчаса до весны. ● В состоянии счастья? ● И многое другое.

ИСТОРИИ С ЗАВЕЩАНИЯМИ

Среди тех, кто оставляет после себя не только наследство, но и завещание, встречаются, как говорится, большие оригиналы. Один из таких, преставившийся в 1900 году в Германии, в завещании предложил друзьям и близким покойного, то есть себя, выбор: тем, кто не пойдет его хоронить, он обещал по триста марок; сумма, причитающаяся тем, кто все-таки пойдет, должна была быть оглашена уже после похорон. Естественно, такое предложение было встречено полной растерянностью: с одной стороны, покойный был неплохим человеком, с другой — триста марок...

В общем, практически все наследство, а оно оказалось весьма солидным, досталось одной-единственной очень пожилой и очень дальней родственнице усопшего, которая предпочла проводить его в последний путь...

Надо признать, что такие же «большие оригиналы» встречаются и среди наследников. Яркий пример — судьба наследства очень богатого американца У. Дженненса, отправившегося на встречу с Богом в 1798 году. После него не осталось ни жены, ни детей — только деньги. И, конечно, другие родственники — причем, довольно много. Степень родства с Дженненом у них была разная, а вот, степень жадности, судя по всему, одинаковая — не могли они никак договориться, «как же мы будем делить наши денежки». Итог таков: судебная тяжба длилась 115 лет, и все деньги наследства оказались потрачены на адвокатов...



ЧТО МОЖЕТ РОК-МУЗЫКА

Известный факт: когда в городах повсеместно расплодись мобильные телефоны, то так же повсеместно стал наблюдаться исход тараканов: их слабая нервная система не могла выдерживать вредного воздействия излучаемых мобильниками радиоволн. А вот, мыши отнеслись к модным гаджетам равнодушно — возможно, у мелких грызунов нервная система крепче. Однако и на них нашли управу. Но, как говорится, кто бы мог подумать, какую...

Случилось это в небольшом английском городе Саутпорт: местный конгресс-центр «Театр и цветочный зал» постигло настоящее бедствие — здесь неимоверно расплодись мыши. Не смогли справиться с «серым нашествием» ни закупленные в массовом количестве мышеловки и ядохимикаты, ни приглашенные коты и экстрасенсы.

Благосклонность Фортуны центру помог вернуть... концерт рок-музыки. От тысячеваттных усилителей звука дрожали стены центра и сворачивались в трубочку барабанные перепонки поклонников. Но концерт окончился, стены устояли, перепонки вернулись в исходное положение, а мыши — ушли. Все. В неизвестном направлении. Возможно, туда, где предпочитают негромкую классику...



ЦЕНА ПОЦЕЛУЯ

Те, кто видел замечательную сказку Александра Роу «Варвара краса, длинная коса», помнят ставшую крылатой фразу о поцелуе: «Не-ет, Андрюшенька, только после свадьбы». Так издревле помелось на Руси: сыграют свадьбу, и только потом — все прелести супружеской жизни...

А, вот, в древнеримской империи не только можно было целоваться сразу после помолвки, но и цена одного-единственного поцелуя была ого-го. По римским законам, если обрученные жених и невеста обменивались поцелуем, и до свадьбы случалось несчастье — один из них умирал, то другой наследовал половину состояния не состоявшегося супруга. Если же они обручались без поцелуя, то наследниками становились родственники. Кстати, не исключено, что на церемонии помолвки коварные родственники и нашептывали жениху и невесте: «Не-ет, только после свадьбы!..»

Между прочим, тот же закон сурово оберегал замужних древнеримских женщин от случайных «поцелуйных» связей: если ее — совершенно случайно! — поцеловал посторонний мужчина, она лишалась всего своего приданого в пользу мужа!



МАЛЕВИЧ КОРОВАМ НЕ ТОВАРИЩ

Ине потому, что коровы слабо разбираются в абстрактной живописи. А потому, что для них неприемлем цвет одного из его «квадратов» — а именно черный. Оказывается, животным вовсе не все равно, в одежде какого цвета предстают перед ними люди, особенно из их ближнего круга — доярки, например, или птичницы, скотники, пастухи...

Представьте, коровам безумно нравится, когда их обслуживают доярки в темно-васильковых фартуках. А курочки и цыплятки просто млеют от птичниц, одетых во все оранжевое. Черный же или коричневый цвет заставляет их ощущать непонятное внутреннее беспокойство и истошно кудахтать — возможно, этих кур в прошлой жизни сгубил хищный коршун?! Конечно, все



ИСКУССТВО ПРОДЛЕВАЕТ ЖИЗНЬ

Согласно старому анекдоту, визит Смерти выглядит примерно так: в дверь звонят, мужик открывает — на пороге стоит Смерть с косой; он ей: «И что?..», а она ему: «И всё!..» Так вот, чтобы избежать такой ситуации, шведские ученые предлагают... любить искусство. По результатам их исследования, жизнь любителей искусства продолжительнее и счастливее — ведь оно радует, увлекает, помогает расслабиться, способствует общению с другими людьми, и все вместе это значительно укрепляет иммунную систему. И, что очень важно, оно не дает пролеживать боками диван. Представляете, приходит дама с косой, звонит в дверь. О-па, а дома-то никого нету — вас не найти: вы в театре или в музее, а потом еще и на концерт собираетесь!..



Вывод: к животным надо подходить с пониманием и... не делать резких движений!



ЛЬГОТЫ

За получением соответствующей компенсации необходимо обратиться в орган социальной защиты населения или в многофункциональный центр.

СУБСИДИИ НА ОПЛАТУ КОММУНАЛЬНЫХ ПЛАТЕЖЕЙ

Я работающая пенсионерка. Пока мне хватает пенсии и зарплаты на оплату коммуналки, но я собираюсь доработать 2019 год и уйти с работы, пенсия у меня небольшая, и коммуналку в 6 тысяч рублей я не потяну. Куда мне предстоит обратиться, чтобы получить компенсацию или льготу на коммунальные платежи, какие документы мне потребуются собрать?

Согласно ч. 1 ст. 158 Жилищного кодекса РФ субсидии на оплату жилого помещения и коммунальных услуг (далее — субсидии) предоставляются гражданам в случае, если их расходы на оплату жилого помещения и коммунальных услуг, рассчитанные исходя из размера регионального стандарта нормативной площади жилого помещения, используемой для расчета субсидий, и размера регионального стандарта стоимости жилищно-коммунальных услуг, устанавливаемого по правилам части 6 настоящей статьи, превышают величину, соответствующую максимально допустимой доле расходов граждан на оплату жилого помещения и коммунальных услуг в совокупном доходе семьи.

В каждом субъекте Российской Федерации устанавливается размер допустимой доли расходов граждан на оплату коммунальных услуг в совокупном доходе семьи. Как правило, эта доля составляет от 10 до 22%. Если размер доли Ваших расходов составит данную величину, Вы вправе обратиться за получением субсидии в органы социальной защиты населения.

Размер доли расходов будет определяться с учетом размера доходов всех

ЛЬГОТЫ НА ОПЛАТУ КАПИТАЛЬНОГО РЕМОНТА

Мне восьмой десяток, знаю, что люди после 70 лет имеют право на льготы по уплате платежей на капитальный ремонт. С какого возраста, в каком размере и куда обратиться, чтобы получить эту льготу?

Согласно ч. 2.1. ст. 169 Жилищного кодекса РФ законом субъекта Российской Федерации может быть предусмотрено предоставление компенсации расходов на уплату взноса на капитальный ремонт, рассчитанного исходя из минимального размера взноса на капитальный ремонт на один квадратный метр общей площади жилого помещения в месяц, установленного нормативным правовым актом субъекта Российской Федерации, и размера регионального стандарта нормативной площади жилого помещения, используемой для расчета субсидий, одиноко проживающим неработающим собственникам жилых помещений, достигшим возраста семидесяти лет — в размере пятидесяти процентов, восьмидесяти лет — в размере ста процентов, а также проживающим в составе семьи, состоящей только из совместно прожи-

вающих неработающих граждан пенсионного возраста и (или) неработающих инвалидов I и (или) II групп, собственникам жилых помещений, достигшим возраста семидесяти лет — в размере пятидесяти процентов, восьмидесяти лет — в размере ста процентов.

Из процитированной нормы закона следует, что если в субъекте Российской Федерации, где Вы проживаете, был принят нормативный акт, который устанавливает возможность получения компенсации на уплату взноса на капитальный ремонт, то Вы вправе претендовать на получение компенсации в размере 50% при условии, что Вы являетесь собственником квартиры и проживаете в этой квартире одна, либо если вместе с Вами проживает член семьи, который не работает и достиг пенсионного возраста по старости или является инвалидом I или II группы. Если квартира Вам не принадлежит на праве собственности, или если с Вами по месту жительства зарегистрирован трудоспособный член семьи, то Вы не вправе претендовать на получение компенсации.

Следует знать, что компенсация предоставляется только на ту часть взносов на капитальный ремонт, которая начислена на площадь квартиры, не превышающую региональный стандарт. Так, к примеру, в Воронежской области региональный стандарт составляет 33 кв. м общей площади на одиноко проживающего гражданина. Соответственно, Вы вправе получить компенсацию на оплату 50% стоимости взноса на капитальный ремонт, начисленного только на эту площадь. Если площадь Вашей квартиры больше, то взносы на капитальный ремонт на оставшуюся площадь придется оплачивать в полном объеме.

ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ

лиц, зарегистрированных с Вами по месту жительства.

Размер субсидий определяется исходя из установленных в регионе Вашего проживания региональных стандартов стоимости жилищно-коммунальных услуг, региональных стандартов нормативной площади жилого помещения, используемой для расчета субсидий, и из регионального стандарта максимально допустимой доли расходов граждан на оплату жилого помещения и коммунальных услуг в совокупном доходе семьи.

Согласно Постановлению Правительства РФ от 14.12.2005 № 761 «О предоставлении субсидий на оплату жилого помещения и коммунальных услуг» для получения субсидии граждане представляют в уполномоченный орган по месту постоянного жительства заявление о предоставлении субсидии с указанием всех членов семьи и степени родства и приложением следующих документов:

1) копии документов, подтверждающих правовые основания владения и пользования заявителем жилым помещением, в котором он зарегистрирован по месту постоянного жительства,

2) документы, содержащие сведения о платежах за жилое помещение и коммунальные услуги, начисленных за последний перед подачей заявления о предоставлении субсидии месяц, и о наличии (об отсутствии) задолженности по оплате жилого помещения и коммунальных услуг,

3) копии документов, подтверждающих право заявителя и (или) членов его семьи на льготы, меры социальной поддержки и компенсации по оплате жилого помещения и коммунальных услуг,

4) документы, подтверждающие доходы заявителя и членов его семьи, учитываемые при решении вопроса о предоставлении субсидии.

ПРАВО НАСЛЕДНИКОВ НА ПОЛУЧЕНИЕ НАКОПИТЕЛЬНОЙ ПЕНСИИ

У меня полгода назад умер муж, ему оставалось два года работать до пенсии. Мне интересно, куда девается накопительная пенсия тех

людей, кто до нее не дожил? Они ведь копили ее для себя, а не для фонда. Могут ли ее получить наследники умершего?

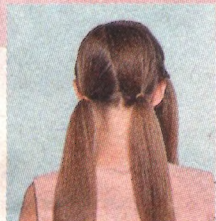
Если у Вашего супруга действительно имелась накопительная пенсия, которая еще не была ему назначена к выплате, то в соответствии с частью 6 ст. 7 Федерального закона от 28.12.2013 № 424-ФЗ «О накопительной пенсии» Вы, как супруга, вправе получить данную пенсию, если при жизни Ваш супруг не оставил в Пенсионном фонде РФ какого-либо заявления о том, кому и в какой доле эта пенсия должна быть выплачена. В случае отсутствия заявления накопительная пенсия подлежит выплате в равных долях супругу (супруге), родителям и детям, а в случае их отсутствия — бабушкам, дедушкам, братьям, сестрам, внукам.

Обратите внимание, что подать заявление в Пенсионный фонд РФ о выплате Вам накопительной пенсии Вашего супруга необходимо было до истечения шести месяцев с момента его смерти. Если Вы этого в указанный срок не сделали, то такая выплата может быть произведена только в том случае, если Вы незамедлительно обратитесь в суд с заявлением о восстановлении срока на обращение в ПФ РФ за получением накопительной части пенсии, представив доказательства уважительности невозможности своевременного обращения в Пенсионный фонд (сославшись, например, на свое плохое самочувствие в период после смерти супруга, подтвержденное соответствующими медицинскими документами).

Территориальный орган Пенсионного Фонда РФ по месту жительства умершего застрахованного лица не позднее последнего рабочего дня месяца, следующего за месяцем, в котором истек срок, установленный для обращения правопреемников с заявлениями о выплате средств пенсионных накоплений, должен принять решение о выплате Вам накопительной пенсии Вашего супруга или об отказе в такой выплате. То есть решение о выплате принимается в течение седьмого месяца после смерти застрахованного лица.

*На вопросы отвечали независимый советник по правовым вопросам, член международной ассоциации юристов
Н.И. АЛИМКИН
и адвокат О.Н. АЛИМКИНА*





ПРИЧЕСКА ДЛЯ ПРИНЦЕССЫ

Нежная романтическая укладка выглядит очень эффектно и подойдет как для свадьбы, так и для выпускного вечера.

Заведите небольшие боковые пряди за уши и заколите их невидимками.

Отделите боковые пряди небольшого объема, слегка скрутите их в жгуты и завяжите свободным двойным узелком. Закрепите невидимками и сбрызните лаком.

Украсьте прическу нарядным аксессуаром для волос в виде цепочки со стразами или эффектной заколкой.

Подготовила Марина ХРИСТЕНКО

НАРЯДНО И ПРОСТО: ИЗ ТРЕХ ЖГУТОВ

Несложная в исполнении, оригинальная прическа прекрасно подойдет для торжественных случаев и праздничных событий.

Отделите переднюю часть волос, проведя расческой от уха до уха через макушку, скрутите в легкий жгут и закрепите зажимом.

Оставшуюся часть волос разделите пополам и также закрепите зажимами.

Сделайте на затылке два хвостика, закрепив их прозрачными резинками.

Скрутите левый хвостик в жгут до конца и закрепите резинкой.

Вытяните из хвостика пряди, придавая жгуту объем, и сбрызните лаком.

Так же поступите с правым хвостиком.

Уложите правый хвостик вбок, подводя кончик к левому уху, и закрепите его шпилькой.

Скрутите в жгут переднюю часть волос и уложите над предыдущим жгутом. Закрепите шпилькой.

Распустите левый хвостик, уложите его вперед, через плечо, и закрепите всю прическу лаком.





СРЕДСТВО ВСЕГДА ПОД РУКОЙ

Все косметические средства по уходу за волосами стоят недешево, причем, обычно они не всегда дружелюбны по отношению к волосам. А ведь очень многие проблемы можно решить самыми простыми средствами, которые есть на каждой кухне.

● Не нравится, что волосы вьются, используйте для полоскания после мытья газированную питьевую воду. Более низкий pH воды уменьшает курчавость волос. Используйте вместо кондиционера сырые яйца. Они питают кожу головы и не мешают ей вырабатывать естественную смазку. Для нормальных и сухих волос используйте желтки, для жирных волос — белки.

● Кожа головы настолько сухая, что постоянно зудит и чешется? До мытья головы нанесите на кожу смесь из равного количества оливкового масла, лимонного сока и воды. Смесь перед нанесением хорошенько встряхните, а после нанесения помассируйте кожу. Подержите смесь на волосах 10 минут и смойте.

● Если волосы пересохли от солнца и ветра, после мытья головы нанесите на них жидкий мед, помассируйте, наденьте шапочку для душа, а через 20 минут вымойте голову. Мед — отличное увлажняющее средство.

● Тусклые волосы легко оживить, если ополоснуть их после мытья светлым пивом. Дайте пиву высохнуть на волосах, а затем ополосните их теплой водой.

● Сухую перхоть можно убрать, если через раз заменять мытье головы втиранием в кожу головы пищевой соды. Вотрите, оставьте на 10 минут, затем смойте. Она стимулирует выработку кожного сала, которое убирает излишнюю сухость кожи и перхоть.

● Если избавиться надо от жирной перхоти, используйте каждый день лимонный сок. Нанесите немного сока на кожу головы и вотрите, а затем промойте волосы чистой водой.

● В качестве глубокого кондиционера отлично подойдет обычный майонез, если раз в две недели делать из него маску и оставлять на волосах на 20 минут.

● Чтобы вернуть волосам блеск и здоровый вид, раз в две недели добавляйте к разовой порции шампуня растолченную таблетку аспирина. Мытье таким улучшенным шампунем убирает с волос остатки всех укладочных средств.

Подготовила Галина УШАКОВА

ВСЕ СВОЕ — ВОЖУ С СОБОЙ

Впереди время отпусков. Многие стараются ради экономии места и веса багажа не брать с собой гель для душа и шампунь для волос, надеясь на те средства, что будут в номере отеля. И напрасно. Специалисты советуют не пользоваться ими, дабы не испортить волосы. Обычно на отдыхе после купания мыть голову приходится каждый день. Представьте, что вы станете делать это универсальным средством, которое подходит для всех типов волос, а, значит, нормально не подходит ни одному. Это всегда самая дешевая косметика, которая может вызвать и перхоть, и выпадение волос, как будто им мало солнца, ветра и морской воды. Так что, пусть по маленькому пузыречку, но свои шампунь и кондиционер взять с собой надо, особенно если их нельзя купить в любом магазине.



БЕЗ КОНДИЦИОНЕРА

Если, вымыв голову, вы обнаружили, что кондиционер закончился, просто ополосните волосы холодной водой. Низкая температура воды волшебным образом воздействует на волосы и герметизирует питательные вещества шампуня внутри волосков. Желательно дать волосам высохнуть естественным путем, тогда вы даже не заметите отсутствие кондиционера.

ИЗМЕНЯЕМ ОТТЕНОК

Вы красили волосы дома и в результате обнаружили, что цвет получился слишком интенсивным, его бы желательно приглушить на два-три тона? Конечно, вы можете пойти в магазин и купить смывку, но она слишком агрессивна, после ее применения неясно, что будет с только что окрашенными волосами. Можете несколько раз вымыть голову обычным шампунем, и это слегка изменит оттенок. Но можете добиться осветления волос на 2-3 тона всего одним мытьем головы, если добавите в ваш шампунь 1-2 капли натурального средства для мытья посуды. Такую добавку нельзя называть агрессивной, волосы не пострадают, а цель будет достигнута.





НЕ ТОЛЬКО ГЛАЗКИ, КАК У АНЮТЫ

Устраивая в саду клумбы, не забудьте про анютины глазки (фиалка трехцветная). Эти замечательные цветы не только лечат, они возвращают красоту. Главное, не поливайте их химическими удобрениями, если собираетесь использовать цветки в косметических целях. Фиалки хороши еще и тем, что цветут все лето, а значит, можно делать маски из них курсами, не боясь, что сырье закончится.

Анютины глазки содержат витамины А и С, танины, гликозиды, эфирное масло, макро- и микроэлементы: цинк, селен, калий и другие. Но незаменимой для кожи их делает содержащаяся в цветках салициловая кислота, которая обладает противоаллергическим и противовоспалительным действием.

20 минут, затем умойтесь водой комнатной температуры.

Маска смягчает и обеззараживает кожу.

ПАРА СЛОВ ОБ ОТВАРЕ

Отваром анютиных глазок смачивают кожу перед нанесением крема, что значительно улучшает способность кожи впитывать крем и использовать его свойства. Отваром можно умываться при воспалении кожи, сухости, зуде, угрях. Если такие же проблемы есть на коже тела, добавляйте отвар и свежие цветки в воду для ванны.

Для приготовления отвара залейте 2 ст. ложки свежих или 1 ст. ложку сухих цветков анютиных глазок 1 стаканом кипятка и подержите на водяной бане 10 минут. Для ванны нужно не менее 0,5 литра отвара.

ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

Залейте 1 ст. ложку цветков анютиных глазок 1 стаканом кипятка, накройте крышкой, через 30 минут процедите, добавьте к настою 1 ст. ложку сливок, смочите в растворе салфетку из сложенной в несколько слоев марли и положите на лицо. По мере высыхания смачивайте марлю снова. Через 20 минут умойтесь водой комнатной температуры.

Маска увлажняет и питает кожу.

ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

Измельчите свежие цветки анютиных глазок, залейте 2 ст. ложки перетертой кашицы кипятком, чтобы вода только покрывала лепестки, дайте остыть до теплого состояния и нанесите кашицу на кожу лица на

ДЛЯ УВЯДАЮЩЕЙ КОЖИ

Измельчите цветки анютиных глазок, добавьте к 2 ст. ложкам кашицы 2 ст. ложки сока алоэ и 1 ч. ложку жирного крема или жирной сметаны, нанесите смесь на кожу лица на 15 минут. Смойте маску теплой водой и протрите лицо кубиком льда.

Маска разглаживает мелкие морщинки и улучшает кровообращение.

ДЛЯ КОЖИ ВСЕХ ТИПОВ

Залейте 3 ст. ложки цветков анютиных глазок в стеклянной посуде 150 мл подсолнечного масла, закройте крышкой и настаивайте в темном месте при комнатной температуре неделю, затем процедите в посуду темного стекла и используйте фиалковое масло для масок, снятия макияжа или как добавку в крем.

Масло оказывает смягчающее и омолаживающее действие.

Залейте 2 ст. ложки цветков анютиных глазок 1 стаканом кипятка, накройте крышкой, дайте остыть, добавьте 1 ч. ложку меда, 5 капель лимонного сока, 1 ст. ложку тройного одеколona или 1 ч. ложку водки — для жирной кожи, или 1 ст. ложку розовой воды — для сухой кожи.

Пользуйтесь как обычным лосьоном, храните в холодильнике.

Измельчите цветки анютиных глазок, смешайте 1 ст. ложку кашицы с 1 ст. ложкой мягкого творога, разотрите и добавьте столько сливок (для сухой и увядающей кожи) или молока (для жирной кожи), чтобы получилась кремообразная масса. Нанесите смесь на кожу лица толстым слоем на 20 минут. Затем снимите маску ватным тампоном, смоченным в настое анютиных глазок, и им же ополосните лицо, а через 5 минут умойтесь прохладной водой.

Маска увлажняет и разглаживает кожу.

Залейте 1 ст. ложку измельченных цветков 0,5 стакана кипятка, дайте постоять полчаса, процедите, добавьте 1 ст. ложку крахмала и нанесите на кожу лица в несколько слоев, а через 20 минут смойте прохладной водой.

Маска показана для пострадавшей от ветра и солнца кожи. Подходит не только для лица, но и для тела.

Если кожа очень сильно пострадала, замените крахмал размоленной овсянкой, дайте ей разбухнуть в настое и нанесите на кожу.





ДЛЯ МЫШЦ ПЛЕЧА

Упражнения на тренировку трицепсов, бицепсов и дельтовидных мышц помогут укрепить мышцы плеча и подтянуть провисшую кожу.

1. Возьмите в правую руку сложенный вдвое ремень. Станьте прямо, ноги на ширине плеч. Заведите правую руку за спину через плечо, чтобы ремень повис вдоль позвоночника. Затем заведите за спину левую руку, подхватите ею ремень и, перебирая руками вдоль ремня, постарайтесь максимально сблизить руки. Зафиксируйте положение, а затем повторите упражнение, сменив положение рук.

2. Станьте прямо, ноги на ширине плеч. Возьмите ремень в руку, за спиной подхватите его второй рукой, постарайтесь сдвинуть руки максимально близко, а затем поднимите руки за спиной как можно выше. Зафиксируйте это положение и вернитесь в исходное положение.



ЗАЧЕМ НАМ БАНЯ ПОСЛЕ НАГРУЗКИ

Неважно, вернулись ли вы после долгого перерыва к тренировкам, чтобы улучшить фигуру к пляжному сезону, или проработали два-три дня на даче в начале сезона, мышечная боль на ближайшие два дня вам обеспечена. Неприятные ощущения в натруженных мышцах вызывает скопившаяся в них молочная кислота. Быстро вернуться к нормальному состоянию поможет баня — это лучший способ вывести из мышц молочную кислоту.



ПЕТРУШКА ПРОТИВ СЕЗОННОЙ АЛЛЕРГИИ



Вас не радует весна, потому что она сопровождается аллергией на цветение растений? Значит, наш совет для вас.

Ешьте больше свежей петрушки — благо, эта зелень уже готова к употреблению, как только сошел снег. В петрушке содержится кверцетин, который подавляет действие гистаминов, вызывающих аллергию, что значительно облегчает состояние. Правда, полностью вылечить аллергию петрушка не может, поэтому таблетки никто не отменял.

НА ЗАВТРАК ТОЛЬКО ЯБЛОКИ

Ученые доказали, что три яблока, съеденные натощак, сокращают на 20% количество жира в крови, а значит и холестерина. К тому же жир из крови не переходит во внутренние и подкожные отложения. В итоге постепенно уменьшаются жировые отложения безо всякого стресса для организма. Некоторые диетологи советуют для усиления эффекта есть на второй ужин, когда поздним вечером вы почувствуете нестерпимый голод, несладкий творог. Это не только не вредно для веса, а, наоборот, полезно. Такой ужин помогает сжечь немного жира за ночь.



Подготовила Галина КРУПЕВИНА

Консультация

На очередном медосмотре у меня обнаружили кольпит. Назначили лечение почему-то вместе с мужем. Что это за заболевание? Надо ли будет мужу после курса лечения сдавать какие-то анализы?

Адрес для писем: 394000, Воронеж, П. О. Я. 537 «Вест», «Скажите, доктор...»

Кольпит — воспаление влагалища, которое может быть вызвано изменением флоры влагалища в результате какого-то заболевания внутренних органов, нарушения обмена веществ или инфекции.

Если причиной воспаления является заболевание внутренних органов, лечат в первую очередь его или занимаются коррекцией функции.

При наличии инфекции одновременно с устранением воспаления проводят специфическое лечение. Но если у Вашего мужа нет жалоб, то без его тщательного обследования судить об излечении сложно. Так что мужу придется тоже обследоваться, особенно при возникновении рецидива, так как инфекционный агент, вызвавший воспаление у Вас, может быть как раз у него.

ДЕРМАТОЛОГ

ОТВЕЧАЕТ

Кандидат
медицинских наук

Ольга ДЕМЬЯНОВА

Нашей внучке 1,5 года. У нее сильный грибок ногтей: все ногти на ножках загнуты книзу, на некоторых ногтях поперечная трещина. Все началось, когда она начала ходить, видимо, заразилась от нас с мужем, бегая босиком по коврику. Лечили лаком «Лоцерил», раствором «Экзодерил»: никакого эффекта. Можно ли в этом возрасте принимать противогрибковые таблетки?

Подождите вы внучку травить, лучше себе с дедом полечите грибок на ногах, чтобы не представлять опасности для окружающих. И коврик свой выбросьте, если имеете привычку ходить по нему босиком!

Последнее, что можно заподозрить при изменении ногтей у ребенка полутора лет — это грибковая инфекция. У маленьких детей слишком хороший кровоток и слишком быстрый рост ногтей, чтобы грибок успел «прицепиться». Если и бывают микозы ногтей, то вызваны они бывают дрожжевыми грибами. Однако картина при этом совершенно другая.

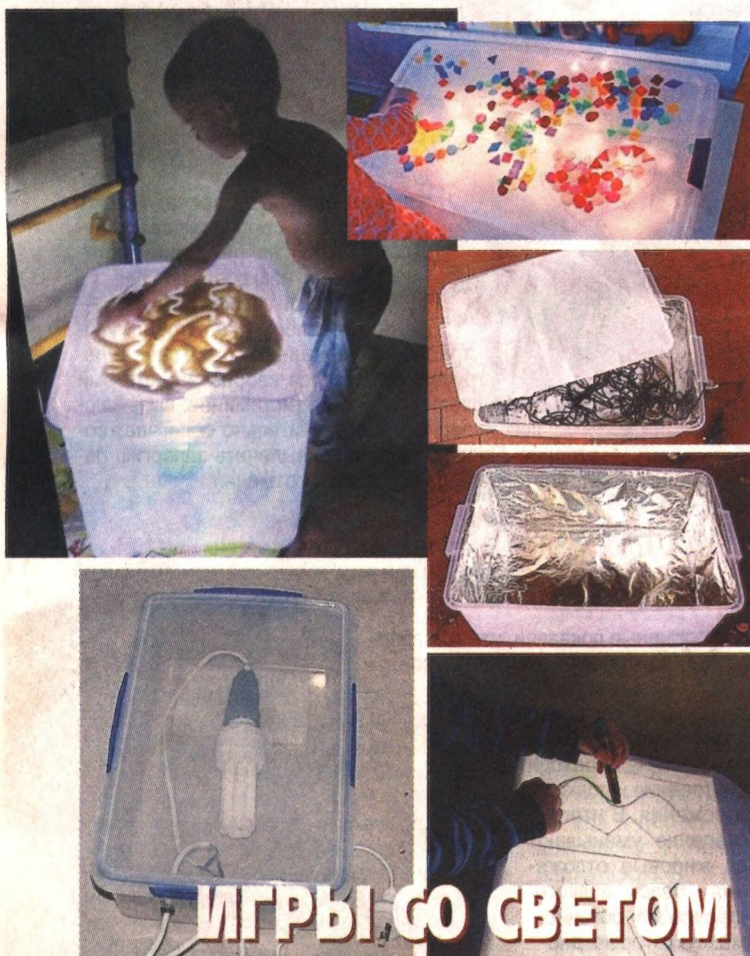
То, что вы описываете, чаще всего связано с особенностью постановки стопы (например, при ходьбе ребенок поджимает пальчики). Проблема может быть связана с неправильно подобранной обувью (коротковатой). Стопа при ходьбе смещается вперед, поэтому пальцы могут упираться и подгибаться, нагрузка на ногти изменяется, а поскольку у ребенка ножка пока мягкая и податливая, он может на дискомфорт и не пожаловаться.



контейнера отверстие, пропустите через него электрический шнур. Сам контейнер выстелите изнутри фольгой, к шнуру прикрепите патрон с лампочкой и вилку. Приспособление для игры со светом готово. Прикрепите к обратной стороне крышки скотчем листы с рисунками, буквами, линиями разной конфигурации, закройте крышку, включите подсветку. Положите сверху лист бумаги и предложите малышу с помощью это-

го нехитрого прибора копировать рисунки.

Такой световой короб отлично подходит для рисунков песком. Если крышка контейнера имеет небольшой бортик, засыпьте ее чистым песком. Включите подсветку и дайте возможность малышу рисовать все, что он сочтет нужным. Песок можно купить специальный, а можно обычный речной мелкозернистый вымыть, высушить и прокалить в духовке.



ИГРЫ СО СВЕТОМ

Если вашему ребенку исполнилось 5 лет, значит, пришла пора приобрести полезное для школы умение копировать. Вряд ли кому-то из деток понравится просто рисовать по образцу палочки и крючочки в прописях, а руку желательно «ставить» уже сейчас. Для этой цели смастерите ребенку специальное приспособление с подсветкой.

Купите в отделе хозяйственных товаров большой пластиковый контейнер с за-

щелками и прозрачной крышкой. Прodelайте любым способом в одной из сторон

САБЕЛЬНИК БОЛОТНЫЙ

Comarum palustre L.



Сабельник болотный, или пятилистник, — красивый дикорастущий травянистый полукустарник семейства розоцветных с длинными подземными ветвящимися побегами-корневищами, имеющими одревесневающие стебли, от узлов которых отходят придаточные корни.

Надземные побеги высотой от 20 см до 1 м, внизу голые, в верхней части опушены волосками. Листья очередные, с длинными черешками и прилистниками. Нижние листья непарноперистые с 2-3 парами боковых листочков, верхние — тройчатые. Листочки сидячие, продолговато-ланцетные, по краю острозубчатые, сверху зеленые, снизу сизовато-серые, с обеих сторон или только снизу волосистые, часто сближенные между собой таким образом, что лист кажется пальчатым. (Отсюда и второе название сабельника — «пятилистник»).

Цветки располагаются в рыхлом верхушечном 2-5-цветковом щитковом соцветии. Цветки мелкие, темно-пурпурные, снаружи

волосистые. Цветоложе коническое, при образовании плодов сильно разрастается. Пестиков много, завязь верхняя. Цветет сабельник болотный с мая до августа. Плоды — многочисленные голые семечки — созревают в августе-сентябре. Сабельник болотный распространен в холодном и умеренном поясах Северного полушария. В России встречается по всей европейской части (кроме южных регионов), в Западной и Восточной Сибири. Сабельник произрастает на низинных болотах и заболоченных лугах, по берегам озер и рек, прибрежным мелководьям, старицам, на зарастающих водоемах, в сырых разреженных лесах. В тундре служит кормом для оленей.

Собирают и заготавливают сабельник с июня по август.

Корневище сабельника богато дубильными веществами, которые и определяют его целебные свойства. Кроме них и в корневищах, и в зеленой надземной части растения содержатся флавоноиды, эфирное масло, катехины, каротин (провитамин А), аскорбиновая кислота (витамин С), жирное масло, смолы, углеводы (глюко-

за, сахароза, гексоза) и другие биологически активные вещества.

Сабельник болотный нашел применение и используется в народной медицине.

В качестве лекарственного сырья используют как надземную (траву), так и подземную (корни и корневище) части растения.

Препараты, приготовленные из сабельника, обладают вяжущим, противовоспалительным, ранозаживляющим, потогонным, жаропонижающим, кровоостанавливающим и отхаркивающим действием. Экспериментальное изучение сабельника болотного выявило, наряду с его гипотензивными свойствами, способность увеличивать объемную скорость коронарного кровотока.

В народе сабельник болотный применяют при поносах, болях в желудке, нарушении обмена веществ, простудных заболеваниях, туберкулезе легких, ревматизме, радикулите, а также при маточных кровотечениях, отложении солей, воспалении десен, для полосканий полости рта и горла при стоматите, ангине, зубной боли.

Траву сабельника в измельченном и распаренном виде прикладывают в виде компрессов на ушибленные места, опухоли, раны, а также на молочные железы при мастите и в прямую кишку при геморрое.



РЕЦЕПТЫ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ

При простудных заболеваниях готовят настой травы и корневищ сабельника болотного: 1 ст. ложку смеси сухой измельченной травы и сухих измельченных корневищ заливают 1 стаканом кипятка, настаивают 1-2 часа, затем процеживают и пьют небольшими глотками, выпивая в течение дня всю порцию приготовленного средства.

При метеоризме 1 ч. ложку травы сабельника заливают 2 стаканами кипятка. Настаивают, как чай, затем процеживают и пьют по 1/4 стакана за полчаса до еды.

При подагре берут 5 г измельченных корней сабельника болотного, заливают 1 стаканом кипятка и дают настояться до остывания. Затем процеживают и пьют по 0,5 стакана до еды.

При этом же заболевании применяют известное и

распространенное народное средство: спиртовую настойку корней или стеблей сабельника.

Берут 25 г измельченных сухих корней или стеблей сабельника, засыпают в бутылку темного стекла и заливают 0,5 л водки. Дают настояться в темноте в течение 3 недель, ежедневно встряхивая.

Настойку процеживают и принимают по 1 рюмке (20-30 мл) 3 раза в день до еды. Курс лечения сабельником продолжается 2-3 месяца.

Излечение достигается только при аккуратном приеме настойки.

Пропускать прием средства нельзя, иначе курс придется начинать сначала.

При ревматизме берут сушеный корень сабельника болотного и сушеный корень крапивы жгучей, из-

мельчают, смешивают в равных весовых частях, заполняют сырьем доверху бутылку темного стекла, заливают водкой и дают настояться в течение 3 недель в темном месте.

Затем настойку процеживают и принимают по 8 капель 3 раза в день за 30 минут до еды.

При шпорах, шишках на пальцах, а также при разного рода ломоте в суставах берут сухие корни сабельника болотного, измельчают и готовят настойку на водке в соотношении 1:3, настаивая ее в темном месте в течение 2 недель при ежедневном встряхивании. Готовую настойку процеживают и принимают по рюмке (20-30 мл) 3 раза в день до еды.

При лечении нарывов делают обезболивающие

и противовоспалительные припарки: 2-3 ст. ложки сухих хорошо измельченных корней сабельника болотного обдают крутым кипятком, заворачивают в марлю и в горячем виде прикладывают к больному месту.

С этой же целью используют горячие компрессы из сухих измельченных листьев растения.

Чтобы приготовить такой компресс, 3 ст. ложки измельченного сухого сырья заливают 0,5 стакана кипятка, нагревают до кипения, затем перекладывают в марлевый мешочек и используют по назначению.

К местам, опухшим и отекившим после ушиба, прикладывают измельченную свежую траву сабельника.

Лилия ГЛЕБОВА



ПОМОГИТЕ ПТИЦАМ...

...обрести дом и стол. Вам не надо мастерить классический скворечник и кормушку, достаточно найти уже ненужный чайник или чайную пару. Можно повесить домик, кормушку или поилку на дерево или специально сколоченную подставку. А можно прикрепить чашку с блюдцем на вкопанный в землю столбик. Но для этих способов крепления надо уметь обращаться с дрелью. Вы не умеете? Тогда просто приклейте чашку к блюдцу, обвяжите шпагатом и подвесьте на дерево.



ВСЕМ ЗАБОРАМ ЗАБОР

Хозяева частных домов и дачных участков обычно сталкиваются с проблемой забора. Были времена, когда сетчатый забор был пределом мечтаний. Сейчас таким забором никого не удивишь. Но за забором из нержавеющей рабицы вы будете жить у всех на виду. Если менять забор нет необходимости, но хочется оградить свою частную жизнь от чужих глаз, обратите внимание на эти идеи, и если вам захотелось воздвигнуть необычный забор, воспользуйтесь ими. Выберите и воплощайте!

ТА ЖЕ СЕТКА, ДА НЕ ТА

Хорошо установленный сетчатый забор можно закрыть от любопытных глаз несколькими способами.

- Пропустите через отверстия сетки металлические или деревянные рейки, драпку или пластиковые плintуса. Можно — по вертикали, а можно — по горизонтали.
- Если ваш участок кажется вам недостаточно зеленым, замаскируйте сетку пластмассовой мишурой или сеткой с искусственной зеленью.
- Хотите сделать забор ярким и цветным? Вам поможет разноцветный скотч (клеякая лента).
- Сетчатый забор можно превратить в глухой, если с одной стороны подпереть его щитом ДСП, а с другой покрыть слоем бетона и дать ему высохнуть.



МЯСНОЙ РУЛЕТ С ГОРОШКОМ И ЯЙЦОМ

На пищевой пленке сформируйте прямоугольник из 0,5 кг говяжьего фарша, приправленного солью и перцем, в который добавлена измельченная луковица и два размоченных ломтика хлеба. Разложите на него 0,5 стакана размороженного зеленого горошка, по средней линии выложите 4 сваренных вкрутую яйца и несколько ломтиков сыра. С помощью пленки сверните фарш рулетом, зашпигуйте его и смажьте кетчупом. Запекайте в разогретой духовке до готовности фарша.



МЯСНАЯ БУХАНКА С ОЛИВКАМИ И КУРАГОЙ

Смешайте по 400 г фарша из баранины и индейки, добавьте 50 г панировочных сухарей, 1 измельченную луковицу, 2 сырых яйца, по 1 ч. ложке молотого кориандра и тмина, 0,5 ч. ложки молотой корицы, цедру 1 лимона, по 1 ст. ложке лимонного сока и меда, соль и перец по вкусу. Фарш хорошенько вымешайте. Отложите 5-6 оливок без косточек, остальные оливки из банки добавьте к фаршу.

75 г мягкой кураги порежьте кубиками, часть отложите для украшения, остальные добавьте к фаршу.

7-8 фисташек из 75 г отложите, остальные добавьте к фаршу.

Осторожно перемешайте фарш с добавками и выложите в смазанную маслом форму для кексов. Украсьте буханку отложенными фисташками, оливками и курагой. Накройте ее пищевой пленкой и поставьте в холодильник на 2 часа, а лучше на ночь. Снимите пленку и поставьте в разогретую до 180° духовку. Запекайте, пока мясо не будет готово. Дайте постоять 15 минут в форме, выньте и нарежьте на порционные ломтики.

Пока буханка «отдыхает», **приготовьте соус.** На смазанной растительным маслом сковороде обжарьте по 1 ч. ложке молотых тмина и кориандра, 0,5 ч. ложки молотой корицы и 1 ст. ложку натертого имбиря. Прогрейте 1 минуту, когда специи дадут аромат, добавьте порезанные кусочками помидоры в собственном соку вместе с томатным соком (2 банки по 400 мл), посолите, поперчите, добавьте 2 ст. ложки лимонного сока, 2 ст. ложки меда и уварите соус почти наполовину.



КУРИНАЯ ГРУДКА С ПЕРЦЕМ И МОЦАРЕЛЛОЙ

Вы можете жарить целую куриную грудку, нафаршировав ее с двух сторон, или разделить ее пополам и фаршировать каждую половинку отдельно.

Приготовьте маринад: добавьте к 1 стакану белого сухого вина цедру и сок 1 лимона, 4 измельченных зубка чеснока, большую щепотку сухих средиземноморских трав, посолите, поперчите и добавьте сахар или мед по вкусу. Отлейте 2 ст. ложки маринада для поливки готовой курицы. Маринуйте грудку не менее 30 минут в холодильнике. Затем выньте ее из маринада, дайте слегка обсохнуть, сделайте надрезы сбоку и положите в каждый надрез по 2 кружка моцареллы и по 2 четвертушки или больших куска сладкого перца из лечо. Можете сколоть грудку зубочистками или шпажкой, чтобы начинка осталась внутри. Жарьте грудку на гриле до готовности. При подаче полейте маринадом.

КАЛЬМАРЫ ГРИЛЬ

Поджарьте на растительном масле до золотистого цвета 2 мелко порезанные луковицы, добавьте 2 ст. ложки натертого имбиря, кусочек мелко порезанного горького перца, жарьте 1 минуту, добавьте 200 г куриного фарша, посолите и добавьте по вкусу сахар. Держите на огне еще 5-6 минут, пока фарш не приобретет коричневатый цвет. Дайте массе остыть, добавьте к ней рубленую зелень лука и кинзы, 1 ст. ложку измельченного чеснока, 100 г мелко порезанных крабовых палочек и 2 ст. ложки мелко порезанной свежей мяты. Начинку перемешайте, попробуйте, посолите и поперчите по вкусу.

Заполните 8 подготовленных тушек кальмаров начинкой почти доверху, закрепите зубочистками, чтобы начинка не вываливалась.

Жарьте кальмары на решетке над углями, на сковороде-гриль или в раскаленном растительном масле.



«УЛИТКА» С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ

Приготовьте мягкое эластичное плоское тесто, как на пельмени, тонко раскатайте и порежьте большими прямоугольниками. Смажьте тесто растопленным сливочным или растительным маслом с добавлением измельченного в пюре чеснока, ножом для пиццы разрежьте на полоски шириной 1-1,5 см; немного не дорезая до краев, посыпьте тесто солью и порезанным зеленым луком. Сверните прямоугольники теста сначала рулетами, потом жгутами, а затем из каждого сверните «улитку». Жарьте «улитки» до готовности в раскаленном фритюре, затем выложите на бумажные полотенца, чтобы стек лишний жир.



ПОРТУГАЛЬСКИЙ САЛАТ С ТРЕСКОЙ

Отварите в подсоленной воде с добавлением душистого перца, соли и лаврового листа 0,5 кг трески, дайте остыть, снимите кожу и разделите на небольшие кусочки. В этой же воде отварите 0,5 кг картофеля, остудите, порежьте тонкими полукружьями.

1 большую луковицу порежьте тонкими полукольцами, по половинке сладкого перца красного, желтого и зеленого цвета порежьте соломкой. Лук и перец спассеруйте до мягкости на растительном масле. 200 г помидорчиков черри разрежьте пополам, банку крупных маслин без косточек отцедите от рассола, 4 сваренных вкрутую яйца разрежьте пополам. Все ингредиенты выложите на блюдо и полейте соусом.

Для соуса смешайте 1 ст. ложку сладкой горчицы с 3 измельченными зубками чеснока, 2 ст. ложками лимонного сока, 1 ч. ложкой меда и 0,5 стакана оливкового масла. При необходимости добавьте соль или сахар.

Перемешайте салат с заправкой и сбрызните бальзамическим уксусом.



РЫБА ПОД МАРИНАДОМ

Измелчите в комбайне 2 луковицы, 1 морковь, 1 стебель сельдерея. Нагрейте в сковороде 2-3 ст. ложки растительного масла, переложите туда нарезанные овощи и тушите до мягкости. Затем добавьте 1 измельченный зубок чеснока, порезанные консервированные помидоры из банки объемом 400 мл, 1 ст. ложку томатной пасты, по 0,5 ч. ложки сухого орегано и сахара, посолите и поперчите по вкусу. Снимите сковороду с огня. На смазанный маслом противень выложите 4 филе тилапии или пангасиуса (морского языка), предварительно филе посолите и поперчите. К овощам добавьте 3 ст. ложки рубленой зелени петрушки и 1 ст. ложку лимонного сока, перемешайте и выложите толстым слоем на рыбу. Покройте овощи 0,5 стакана панировочных сухарей, сбрызните растительным маслом и запекайте до готовности рыбы.

ХЛЕБ С НАЧИНКОЙ ИЗ КОЛБАСЫ

Разотрите 60 г свежих дрожжей с 1 ст. ложкой сахара до однородной массы, добавьте 50 мл оливкового масла, 2 ст. ложки соли, перемешайте, влейте 650 мл газированной минеральной воды комнатной температуры, а затем одной рукой перемешивайте, а второй подсыпайте понемногу 1250 г муки. Вымесите руками тесто, пока оно не станет гладким и не будет отставать от рук. Переложите его в миску, накройте и дайте ему подойти до увеличения в объеме вдвое.

Разделите тесто на три равные части, скатайте в колобки и дайте еще постоять 30 минут. За это время очень тонко порежьте 200 г копченой колбасы, а 200 г так же порезанной вареной колбасы обжарьте до золотистого цвета. Раскатайте каждый колобок в тонкий пласт, смажьте растительным или растопленным сливочным маслом, разложите на три пласта начинку из колбасы, посыпьте сухими травами по выбору, сверните пласты рулетами, защипите края, потом сверните рулеты в кольца и защипите места соединений.

Смажьте хлеб взбитым яйцом и испеките в разогретой духовке до готовности.



ПИРОГ С КОЛБАСКАМИ

Застелите металлическую раздвижную сетку для варки на пару пергаментом. Очень мягкий ржаной подовый хлеб порежьте ломтями. Отрежьте закругленные края, серединками ломтей выложите дно формы, а края разложите, как цветок, по периметру. На хлеб уложите в 3 слоя ломтики отварного картофеля, поверх него кружки маринованного или соленого огурца, а сверху — мелко порезанный красный лук. Купаты или колбаски уложите на столе «улиткой» по размеру пирога. Раскалите в сковороде растительное масло и переложите на нее «улитку» из колбасы, обжарьте с двух сторон, затем двумя лопатками выньте и переложите на пирог. Из 3 яиц, 200 мл жидкой сметаны и 1 ст. ложки сладкой горчицы приготовьте омлетную массу, посолите и поперчите ее по вкусу. Осторожно тонкой струйкой вылейте заливку поверх колбасы и запекайте пирог в разогретой духовке до готовности колбасы и омлета.



ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ

Высыпьте в большую миску 2,5 тонких стакана с горкой просеянной муки, выложите в муку 200 г сливочного масла и изрубите ножом, потом смешивайте руками, пока у вас не получится масляно-мучная крупка, добавьте в тесто пакетик ванильного сахара, 5 ст. ложек сахара и 0,5 ч. ложки погашенной уксусом соды. Постепенно, по 2 ст. ложки, добавьте 1 стакан сметаны и руками замесите липкое эластичное тесто. Разделите на 8 равных частей, сформируйте из них лепешки, оберните каждую пищевой пленкой и положите на 1 час в холодильник.

Приготовьте начинку. Почистите и мелко порежьте 1 кг кисло-сладких яблок, лучше Гренни (кусочки таких яблок при тепловой обработке лучше сохраняют форму). Растопите на сковороде 1 ст. ложку сливочного масла, выложите в нее яблоки и тушите, пока они не станут полупрозрачными, затем добавьте 1 стакан сахара и 0,5 ст. ложки корицы, тушите, пока яблоки не станут золотисто-коричневыми.

Доставляйте по одной лепешке теста, раскатывайте до толщины 3-4 мм и обрезайте по шаблону в ровный квадрат. В каждом квадрате противоположные четвертинки разрежьте на 8 полосок. На одну из целых четвертинок выложите начинку, накройте второй четвертинкой, защипите тесто, а потом переплетите полоски с надрезанных четвертинок. Сформованные пирожки кладите в холодильник. Когда они все будут готовы, выложите их на противень и испеките в разогретой духовке до готовности. Горячие пирожки выложите на решетку и посыпьте сахарной пудрой.

ДОМАШНИЙ ШОКОЛАД

200 г миндаля высыпьте на противень, поставьте в хорошо разогретую духовку и выключите ее. Как только орехи станут золотистыми и хрустящими, выньте противень и дайте орехам остыть. Крупный изюм хорошенько промойте, а потом дайте полностью высохнуть. Застелите противень или форму пекарской бумагой, разложите на ней орехи, изюм, вяленую вишню и клюкву.

Разломайте и выложите в миску 3-4 плитки горького шоколада, растопите его на водяной бане и, помешивая, добавляйте по вкусу жирные сливки и сахарную пудру. Прежде чем добавить очередную порцию, хорошенько размешивайте и пробуйте. Когда вы получите шоколад нужного вам вкуса, осторожно вылейте его на противень. Не лейте в одно место, разливайте аккуратно, чтобы не сдвинуть орехи и ягоды. Когда шоколадная масса покроет их полностью, разровняйте поверхность широким ножом, поместите в холодильник и дайте застыть. Готовый шоколадный пласт разломайте на равные куски.



БАНАНОВЫЙ ПИРОГ

Поставьте на огонь металлическую форму для пирога, всыпьте на середину дна 1 стакан сахара, добавьте в него 1/3 стакана воды, осторожно перемешайте, не давая растекаться. Варите карамель на слабом огне, пока она не приобретет янтарный цвет, снимите форму с огня и распределите карамель по дну и бокам формы. 5-6 бананов очистите и нарежьте кусочками толщиной 5 мм. Уложите их так, чтобы дно формы было полностью закрыто. Взбейте миксером до пышности и однородности 60 г размягченного сливочного масла, 1 стакан сахара и 3 яйца. Добавьте неполный стакан молока и 1 ст. ложку ванильного экстракта. Смешайте 2 стакана муки, 1 ст. ложку разрыхлителя и щепотку соли, постепенно всыпая мучную смесь в масляно-яичную, и замесите тесто. Вылейте его в форму поверх бананов и выпекайте пирог в разогретой до 180° духовке около 35 минут или до сухой лучинки. Дайте пирогу постоять 5 минут и переверните его на блюдо. Если карамель успеет застыть, и пирог не будет выниматься, поставьте его на несколько секунд в духовку, чтобы карамель растаяла.



ВСЕГО
ЛИШЬ
ВЛАЖНОЕ
ПОЛОТЕНЦЕ

Часто после перемишания или взбивания продуктов в миске миксером или погружным блендером убирать разлетевшиеся частички приходится не только с рабочей поверхности, но и со стен. Обычно это происходит, если вы включили миксер или блендер до того, как погрузили его полностью, либо миска при работе на больших оборотах вдруг поехала по столу. Первую причину можно ликвидировать, соблюдая правила обращения с миксером, а вторую легко предотвратить, подстелив под миску влажное полотенце. Оно не даст миске ездить по гладкой поверхности.



ОХЛАДИТЕ СЫР

Если вы купили сыр, чтобы потертеть его поверх блюда перед запеканием, а он оказался слишком мягким и плохо трется, положите его в морозилку на 20 минут. Обычно мягким бывает молодой сыр, в нем еще много влаги. А когда она заморзнет, сыр затвердеет, стружка при натирании получится мельче и расплавится быстрее.



ИСКУПАЙТЕ ЖЕМЧУГ В МОРЕ

Приблизительно раз в три-четыре года украшения из жемчуга возвращаются в моду. Так и случилось в этом году: теперь жемчуг носят не только на шее, пальцах и ушах. Его используют, чтобы украсить заколки и одежду. Если вы давно не надевали свой жемчуг, скорее всего он потускнел, но вы можете быстро вернуть его к жизни. Возьмите его с собой в отпуск и устройте ему морские купания. Положите его в емкость с морской водой на несколько часов, а лучше на ночь. Вернувшись из отпуска, не забывайте проделывать эту процедуру хотя бы раз в пару месяцев, тогда ваши украшения будут служить не только вам, но и вашим дочерям и внукам. Для реанимации жемчуга в домашних условиях морскую воду замените 1 ч. ложкой морской соли, разведенной в стакане воды.

МАРИНАДЫ ДЛЯ КУРИНОЙ
ГРУДКИ

Все знают, что куриная грудка — это полезная диетическая еда, надо только вкусно ее приготовить. Предлагаем несколько рецептов маринада для куриной грудки. Замаринованную таким образом грудку можно готовить уже через 2 часа любым способом: в духовке, на сковороде, на гриле, но лучше дать ей полежать в маринаде в холодильнике сутки. Вы можете купить сразу много грудок, использовать несколько маринадов, заморозить в пакетах с zip-локом и использовать по мере необходимости. Все рецепты рассчитаны на 1 большую грудку.

С ЛАЙМОМ И КИНЗОЙ

Смешайте по 1 ст. ложке оливкового масла, сока лайма, добавьте 2 ст. ложки меда, пучок измельченной кинзы, 1 измельченный зубок чеснока и соль по вкусу.

СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ

Разведите 2 ст. ложками кипяченой воды 3 ст. ложки измельченного ле-чо, добавьте 1,5 ст. ложки соевого соуса.

С СОУСОМ «ДЖЕРК»

Смешайте по 1 ст. ложке оливкового масла, коричневого сахара и лимонного сока, добавьте 1 ч. ложку измельченного чеснока, по 0,5 ч. ложки измельченных листьев тимьяна и смеси специй для курицы, по 1/4 ч. ложки соли и черного перца, добавьте острый красный перец на кончике ножа.

С ЛИМОНОМ И ИМБИРЕМ

Добавьте к 1 ст. ложке оливкового масла по 1 ч. ложке лимонного сока, измельченного свежего имбиря и по 1/4 ч. ложки соли и паприки.

С СОЕВО-ЧЕСНОЧНЫМ
СОУСОМ

Добавьте к 2 ст. ложкам кипяченой воды столько же меда, по 1 ст. ложке оливкового масла, соевого соуса и 1 большой измельченный зубок чеснока.

ВНИМАНИЕ! Если вы будете готовить куриную грудку сразу, удвойте количество ингредиентов, чтобы использовать вторую половину как соус к уже готовому мясу. Если будете готовить размороженную грудку, приготовьте свежий соус, такой же как маринад, а чтобы не перепутать, желательно надписать пакеты с маринадами.

С ЙОГУРТОМ И КАРРИ

Смешайте 2 ст. ложки натурального йогурта, по 1 ч. ложке лимонного сока и порошка карри, 0,5 ч. ложки сахара и добавьте соль по вкусу.

С ОСТРЫМ СОУСОМ

Добавьте к 1 ст. ложке оливкового масла 1 ст. ложку сока лайма, по 1 ч. ложке острого соуса чили и коричневого сахара, по 1/4 ч. ложки соли и паприки, 1 большой измельченный зубок чеснока.

С МЕКСИКАНСКИМ СОУСОМ

Смешайте по 1 ст. ложке оливкового масла и яблочного уксуса, добавьте по 0,5 ч. ложки измельченного чеснока, корицы, черного и острого красного перца, измельченного сухого орегано и толченую зиру на кончике ножа, посолите по вкусу.



Подготовила Валентина ЖИЛИНА

В мае дарим скидку
10% - на второй товар и
15% - на все последующие товары!

Звоните нам БЕСПЛАТНО
прямо сейчас! (с 7:00 до 21:00)
8-800-550-0402

Набор посуды (12 предметов)

• Для всех типов плит;
 • равномерный прогрев за счет 3-слойного дна. В наборе: ковш — 1,9 л; кастрюли — 1,9/2,6/3,6/6 л; сковорода — 3,3 л; крышки — 6 шт. КНР.

3990 руб.
 2980 руб.

Ультразвуковые стиральные машинки «Золушка»

от 1 шт. от 2 шт.
 Золушка 1190 руб. 990 руб.
 Золушка-стерео 1390 руб. 1190 руб.
 * - в комплекте два излучателя. Стирает без водопровода, «кушает» всего 20 Вт, не портит вещи, не шумит. Выручит вас в поездке, на даче. Забудьте о стирке вручную! Россия.

Пленочный обогреватель

Черно-белый (120x58 см) 1690 руб. 1490 руб.
 Фотолайзак (100x60 см) 1990 руб. 1590 руб.
 • Обогреет площадь 15 м² дома и на даче; • не сушит воздух; • безопасен — не обжигает (t=75°). Россия.

Чудо-печь

1,8 кВт (на 40 м³) 3190 руб. 2880 руб.
 2,6 кВт (на 60 м³) инфракрасная 3480 руб. 3170 руб.
 Работает на дизеле и керосине (расход — 180 г/час). Не коптит! За 1,5 часа обогреет дом, дачу, склад. (40-60 м³)! Россия. В продаже фитили.

Шланг «Икс Хоз» с насадкой

от 1 шт. от 2 шт.
 30 м 1290 руб. 990 руб.
 45 м 1690 руб. 1390 руб.
 60 м 1990 руб. 1590 руб.
 • Под напором воды (от 2 атм.) «вырастают» в 3 раза; • легкие — всего 1 кг; • не перекручиваются. Материал: пластик, латекс. Пр-во: Китай. *Длина шланга в рабочем состоянии.

Инкубатор с автоповоротом (выводимость 92%)

(220/12 В) (220/12 В) ЦТ
 36 яиц 4310 руб. 5230 руб.
 63 яйца 4480 руб. 5550 руб.
 104 яйца 5480 руб. 6500 руб.
 ЦТ — цифровой терморегулятор. В продаже сетка для гусиных и перепелиных яиц, овоскоп.
 • Сам переворачивает яйца каждый час;
 • создает оптимальную температуру. Россия.

Складной парник-теплица

1,2 (Ш)×4 (Д) м 1,2 (Ш)×6 (Д) м
 высота 90 см 1840 руб. 2190 руб.
 • Устанавливается за 15 мин, не боится ветра; • «вечные» дуги из ПВХ; • агротекс спасет от заморозков (до -6 °С), удобно крепится к дугам; • складной (удобно хранить!). Россия.

Триммер-газонокосилка

С легким, ручным триммером вы легко подравняете газон между кустами, под скамейками, вдоль стен, бордюров и садовых дорожек. От электросети, прямая штанга, удобная ручка. Металл; 300 Вт; длина шнура — 35 см.

Скамейка-трансформер

• Это подставка под колени при работе в саду; • стульчик в походе, на рыбалке, дома; • выдержит до 100 кг. 56×29×43 см. Пластик, металл.

Шнековая соковыжималка Мотор-Сич

Извлекает почти 100% сока из овощей, фруктов и ягод. Быстро и без электричества! Долговечна и надежна — сделана из алюминия. 32×27×13 см. Украина. Гарантия 6 мес.

Водонагреватель проточный

Вас больше не коснется сезонное отключение горячей воды — она будет у вас всегда! Просто откройте кран и уже через 5-7 секунд вода прогреется. Идеален для квартиры и дачи. 3000 Вт; 220 В; резьба стандартная, подводка воды снизу; жаропрочный ABS пластик; t нагрева воды: до 60 °С.

В продаже Кран-водонагреватель для душа с дисплеем — 2490 руб.

Фонарь Феникс

Выручит в экстренной ситуации, в походе, отпугнет хулиганов;
 • 5 режимов работы; • светит в 22 раза ярче на расстоянии 3 км;
 • водонепроницаемый; Авиационный алюминий; 13,5×3 см. От 3 батареек AAA (в комплект не входят).

Фонарь Феникс (от 2 шт.) — 945 руб./шт.

Курс «Бросай курить»

Бросьте курить за 4 дня. Без физического и психологического недомогания. Помогает даже при огромном стаже курения. Метод удостоен международных наград! Россия.

Чесалка для шерсти

21×13 см 1380 руб.
 15×13 см 1290 руб.
 10×13 см 1180 руб.
 • Улучшает качество пряжи; • убирает из шерсти и пуха мусор и колтуны; • предназначена для кроличьего и козьего пуха, и собачьей шерсти. Березовая фанера.

Швабра с распылителем 5 в 1

Вымойте пол, окна и зеркала, протрите пыль, очистите мебель — и все это одной шваброй! Без ведер, тряпок и стремянок! Ручка регулируется по длине, насадки из микрофибры долговечные, их легко сменить и постирать;
 • поворотный механизм на 360°С. В комплекте: накладки, метла, совок, валик, распылитель.

Кружка магнитная Живая вода

Создает внутри магнитное поле и заряжает воду. «Намагниченная» вода: • питает кровь кислородом; • повышает гемоглобин; • разрушает кальциевые отложения; • снижает холестерин. Нерж. сталь; 11×13×8 см; в комплекте: ситечко, крышка.

Кружка магнитная (от 2 шт.) — 595 руб./шт.

Экологичный утилизатор отходов «Санэкс»

Биопрепарат «Санэкс» очистит выгребную яму и дачный туалет от органических отходов и уничтожит неприятные запахи! Упаковки (400 г) хватит на 4 летних сезона! Польша.

Санэкс (от 2 шт.) — 1080 руб./шт.

Чудо-дорога

Мечта любого ребенка! С ней можно сделать гоночный трек любой формы: круговой, с мостами, со спусками и даже мертвой петлей. Длина трека 3 м (220 деталей). Устройте невероятные гонки! Гоночная машинка светится в темноте.
 Дополнительная машинка — 230 руб./шт.

Гелевый фиксатор при вальгусе

• Удерживает большой палец стопы и не дает ему отклоняться во время ходьбы, предотвращает сдавливание, рост «косточки», нормализует положение большого пальца; • надежно защищает кожу между пальцами от натертостей и мозолей.

Второй в ПОДАРОК!

Электрическая пилка «Шолль»

• Удалит слой сухой кожи со стопы, небольшие натоптыши и мозоли; • без распаривания ног. 17 см, ролик — карбид кремния, работает от батареек.

Усилитель звука заушный

Поможет: • услышать даже шепот (два частотных режима); • изолировать посторонние шумы. Удобен для пожилых! Работает от батареек. В комплекте ушные силиконовые вкладыши трех размеров. Пр-во: КНР (фабрика).

Усилитель «Супер Слух» (при потере слуха до 90%) — 3890 руб. 2990 руб.

Перчатки противоартритные

У вас болят суставы рук? Помогут лечебные перчатки с медью. Их можно носить весь день, мыть посуду, прибираться, не снимая. Перчатки: • усиливают циркуляцию крови; • избавят от боли в суставах за счет охлаждения. Медь, ткань; универсальный размер.

Триммер универсальный

Поможет вам: • ровно сбрить баки, удалить волосы в ушах, носу и на шее; • удалить волосы «под ноль»; • увидеть каждый волосок — есть подсветка. Насадки 2, 4 и 6 мм; щеточка; лезвия — нержавеющая сталь. Батарея AAA; 9×20,5×3 см.

Утягивающие джинсы Леджинсы (комплект 2 шт.)

• Сделают вас на 1-2 размера стройнее; • моделируют тело и скрывают бока и животик; • приподнимают ягодицы; • без застежек, швов и молний. Размеры 42-52; 54; 56-62. В наличии: синий, серый и черны цвета. Пр-во: КНР.

В продаже «Леджинсы» (1 шт.) — 1490 руб.

Ручка-присоска для ванны

• Поможет лечь и встать в ванне пожилым людям, инвалидам; • надежно крепится к кафелю, стеклу, эмали; • нагрузка до 80 кг.

Ручка-присоска (от 2 шт.) — 590 руб./шт.

МИР
комфорта
 www.mir-c.ru

Доставка по
 всей России
 и Казахстану

Звоните нам БЕСПЛАТНО прямо сейчас!
8-800-550-0402 (с 7:00 до 21:00)
 8-800-7000-737; 8 (8332) 54-10-10; 54-12-00.
 Пишите по адресу! 610026, г. Киров, а/я 10, отдел 40.

Предложение действительно до 31 мая 2019 г. *Скидки предоставляются на товары с наименьшей стоимостью из заказа. На товары, выделенные красным цветом, скидки не распространяются. Скидка не превышает 25%. ОГРН 1154550001057 ООО «МК-Групп» г. Киров, ул. Луговая 57А, кабинет 210, отдел 40. реклама

О свадебных обрядах, издревле распространенных на Руси, мы писали неоднократно. А сейчас поговорим об особенностях свадебных церемоний в других странах.

Далеко не всегда свадьба бывает «первым шагом к разводу», и дай Бог, чтобы ни у кого так не случилось, но в жизни, к сожалению, бывают не только судьбоносные встречи, но и расставания. О том, как разводятся жители разных стран, мы вам тоже расскажем.

Самым счастливым знаком на свадьбе в Дании считается встреча свадебной процессии... с трубачистом. Завидев его, невеста бросается к нему, как к самому дорогому гостю, стараясь хотя бы коснуться его «спецовки», не жалея своего белоснежного наряда. До платья ли тут, если такая встреча сулит новобрачным долгие годы безоблачного счастья!

После свадебного застолья, которое продолжается до утра, хотя жених с невестой уже давно удалились в опочивальню, веселая компания вваливается в спальню к молодым и поет жениху песенку, содержащую описание всех неприятных сторон семейной жизни, сопровождая каждый куплет неизменным рефреном: «И не жалуйся, ты сам этого хотел...»

(Вообще датчане обожают вступать в брак, но количество разводов в этой стране так велико, что складывается впечатление, будто брак в Дании просто ступенька лестницы, ведущей к разводу.)

В Испании жених перед венчанием дарит невесте тринадцать золотых монет, а она заранее готовит для них специальный кошелечек. Своим подарком будущий супруг как бы дает обязательство всю жизнь заботиться о жене и поддерживать ее материально.

Но если речь заходит о разводе, то супругам лучше сформулировать повод для расторжения брака по взаимному согласию. В этом случае они не только сэкономят на адвокате, но и сократят процесс развода до 2 месяцев.

(Интересно, не потребует ли экономный муж назад те тринадцать золотых, которые он подарил невесте перед свадьбой?)

В английской деревне во главе свадебной процессии, которая пешком следует к храму, идет маленькая девочка и разбрасывает по дороге новобрачных цветы, чтоб жизнь молодой пары была настолько счастливой, что напоминала бы до-

рогу, усыпанную цветами.

Но однажды в суде королевства прозвучало требование супруга развести его с женой на том основании, что у нее всегда холодные ноги. Их развели. **(А что вы хотите, в Великобритании и так довольно холодно!)**

В Голландии гостей приглашают на свадебный обед, который проходит до свадебной церемонии. На столе обязательно должны быть конфеты, которые здесь называют «сахар невесты», и вино — «слезы невесты».

Кстати, развестись в этой стране можно даже через Интернет. Если супруги едины в решении покончить с семейной жизнью, а также добились согласия в вопросах, связанных с разделом нажитого — детей, жилья, имущества, — им остается только отослать по «электронке» свои данные в офис адвоката, а слуги правосудия доведут процесс до логического конца самостоятельно.

(Вот это прогресс!)

Накануне свадьбы в Германии друзья невесты разбирают о пороге ее дома блюда и тарелки — на счастье. А утром устилают зелеными ветками дорожку, по которой молодые пройдут после венчания — чтобы

надежда, удача и богатство не покинули новую семью. Новобрачные в ответ дарят гостям носовые платки, чтобы тем было во что завернуть не съеденное за свадебным столом угощение...

А вот затеять бракоразводный процесс в Германии можно только через адвоката. Причем, если развода требует один из супругов, то, прежде чем принять решение о расторжении брака, по закону «разводящиеся» должны пожить отдельно в течение 3 лет. Основанием для более скорого развода может быть лишь разрыв брачных отношений при отдельном проживании на протяжении не менее 1 года.

В Бельгии невеста вышивает на носовом платке свое имя, берет его с собой на свадебную церемонию, а после вставляет платок в рамочку и хранит до тех пор, пока в семье не появится новая новобрачная.

А чтобы начать бракоразводный процесс, бельгийцу достаточно уличить жену в «виртуальной измене». Виртуальный обман — переписка супруги с мужчиной в Интернете (даже лично не знакомым) — может рассматриваться бельгийским судом как фактическая измена, а после вынесения решения суда о расторжении брака она должна будет еще и выплачивать бывшему мужу алименты «за моральный и материальный ущерб».



Жители Бермудских островов на верхний ярус свадебного пирога помещают малюсьенское, но живое деревце. А когда пирог съедается, деревце сажают напротив дома. Считается, что брак продлится столько, сколько будет расти дерево. (А что будет с семьей, если «дерево семейного счастья» сломает ураган?)

В Китае красный цвет — символ любви и радости. Поэтому в свадебной церемонии так много красного: платье невесты, коробки с подарками, свечи, конверты с денежными купюрами, вручаемыми в качестве подарка.

Даже кубки, из которых жених и невеста пьют вино и мед, связывают вместе красной лентой.

А в Древнем Китае развестись с женой можно было не только из-за измены, но из-за непослушания и даже... из-за того, что супруга слишком ревнива.

Свадебный ритуал у японцев незатейлив и прост. Чтобы пожениться, молодым людям надо просто выпить вместе. В день свадьбы невеста с родственниками отправляется в гости к жениху. Там жених и невеста выпивают девять глотков рисовой водки саке. После первого же глотка их брак считается признанным официально. Но сама церемония проходит в соответствии с древними традициями — в синтоистском храме, с обязательным чтением древних молитв, обращением к богу — покровителю храма, вручением храму даров и клятвой невесты в верности супругу и новой семье. (От жениха такой клятвы почему-то не требуется!)

И чтобы решиться на развод, японцу достаточно самого, на наш взгляд, незначительного повода. Он может начать бракоразводный процесс из-за того, что жена спит в некрасивой позе. (Вот это эстетство!)

На корейской свадьбе всегда присутствуют утки. Считается, что эти птицы остаются верными друг другу до конца жизни — у нас символом верности всегда были лебеди.

В странах исламского Востока до свадьбы принято устраивать обручение, на котором жених дарит невесте золотые украшения — чем больше, тем лучше — причем, выбирает их невеста на свой вкус, а оплачивает жених. (И это помимо обязательного калыма — выкупа за невесту!)

Затем они подписывают брачный контракт. Теперь невеста до свадьбы живет в родительском доме, но содержит ее уже жених.

У мусульман есть одно заветное слово — «фаваз» — произносить которое в присутствии супруги нельзя даже в шутку (и даже без свидетелей). Услышав его, супруга должна тут же уйти. Если же муж понял, что сделал глупость, он должен вернуть жену в течение 100 дней. По прошествии этого срока он будет вынужден начинать все сначала: собирать калым, свататься, одаривать невесту золотыми украшениями... В Турции мужчина может подать на развод лишь на том основании, что его жена посмела открыть лицо взору постороннего мужчины.

После брачной церемонии в Индии молодых осыпают лепестками цветов, а над их головами трижды крутят кокосовые орехи, чтобы отворотить от молодоженов дьяволов.

Во втором тысячелетии до нашей эры в этой стране развод мог получить только мужчина. Причем развестись со сварливой женой можно было моментально. Сменить жену, которая не могла подарить супругу детей — по прошествии семи лет. А если жена рожала одних только девочек, мужу разрешалось завести другую семью лишь после десяти лет безуспешных попыток обрести наследника.



Во Вьетнаме приняты свадьбы в два приема: одно торжество проходит в доме жениха, другое — в доме невесты.

Благополучие многих бирманских семей целиком зависит от женщины. В бирманской лавке или ремесленной мастерской можно не спрашивать, кому она принадлежит — женщине. При этом замужняя бирманка гораздо более независима, чем жительница любого развитого государства. Она может выйти замуж и развестись в любой момент, когда захочет. А ее приданое и все, что она заработала за период замужества, неоспоримо принадлежит ей.

Власти Норвегии всерьез обеспокоены возрастающим количеством разводов среди юных пар. И, видимо, в целях профилактики разводов они придумали специальный тест-испытание, который должен определить, готовы ли брачующиеся к семейной жизни. В городе Сарпсборге приняли решение регистрировать новые семьи только после того, как влюбленные проведут двое суток пристегнутыми друг к другу наручниками. По истечении этого срока у них интересуются, готовы ли они всю оставшуюся жизнь нести «священные узы брака». Если желание жить «скованными одной цепью» не пропало, их регистрируют. (А может быть, это шутка?)

В день свадьбы молодожены сажают с двух сторон от дверей своего дома маленькие елочки.

В отличие от холодных норвежцев, жители Мадагаскара предотвращают неразрешимые семейные конфликты с помощью «временного развода», оставляя себе пути к отступлению, а не сжигая за собой все мосты, как аборигены Австралии, которым для окончательного развода достаточно произнести лишь одно слово: «Уходи!» (И все! Свободен!)





Шарф? Палантин? А может быть, снуд? Его вполне можно носить и так, если обернуть вокруг шеи и завязать при помощи косичек. В любом случае, вам просто необходимо подыскать подходящую пряжу, спицы и взяться за вязание этой загадочной вещи! А

чтобы связать крупные косички, которые украшают шарф по всей длине, внимательно изучите описание работы и схему.

Вам потребуются: пряжа (шерсть 50%, акрил 50%; 300 м/100 г) — 450 г; спицы № 3,5; игла для сшивания, крючок большого размера (5-8).

Узоры:

* платочная вязка

* начало и конец вязания — по схеме.

Описание работы

Наберите на спицы 37 п. (количество, кратное 6, плюс 6 для симметрии, плюс 2 кром.).

Прояжите **2 р.** платочной вязкой (лиц. и изн. ряды — лиц. п.).

В 3-м и 7-м рядах прибавьте петли по **схеме**, пока не наберете 57 п., включая 2 кром. Далее весь шарф вяжите платочной вязкой (на **схеме — 9-11-й ряды**) до нужной длины. Закончите вязание уменьшением количества петель (на **схеме — 13-19-й р.**).

Теперь самый ответственный момент. В процессе закрытия связанного полотна распустите полосы по 5 п., которые не затронули прибавки-убавки, и будьте внимательнее, чтобы не испортить задуманное.

После распускания у вас получится 5 полос распущенных петель. Лучше каждую полосу распустать поочередно. Распустите одну полосу, затем возьмите протяжки от 4 р., накиньте их на крючок, переверните на крючке, имитируя петлю, затем возьмите протяжки от следующих 4 р. и протяните их через предыдущие протяжки. Вяжите эту вертикальную косичку с подъемом протяжек на всю длину изделия. Закрепите последнюю протяжку и приступите к следующей полосе.

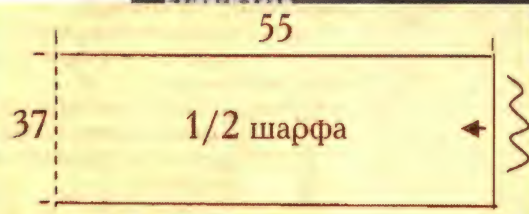
Примечание: если косички покажутся вам стянутыми или, наоборот, слишком свободными, вы можете уменьшить или увеличить количество протяжек, например, 5 или 3.

После провязывания всех пяти рядов косичек закройте петли и стяните края шарфа.

Нарежьте нитки длиной примерно 110 см (не менее 15 штук на каждый конец шарфа, регулируя толщину косички на свое усмотрение), проденьте их в край шарфа, чтобы каждый конец нитки свисал одинаково (55 см). Разделите пасму на три части и частично сплетите из них косичку. Дополнительной ниткой закрепите косичку от распуска.

Так же поступите и с другим краем.

Концы косичек можно не выравнивать. Так будет даже интереснее.



Условные обозначения:

-  — нет петли
-  — из одной петли провязать три: лицевая, накид, лицевая
-  — 3 петли провязать вместе
-  — лицевая петля.

распустить

распустить

19 ♔

17 ♕ ♖ ♘ ♕ ♖

15 ♔

13 ♕ ♖ ♘ ♕ ♖

11 ♔

9 ♕ ♖ ♘ ♕ ♖

7 ♔

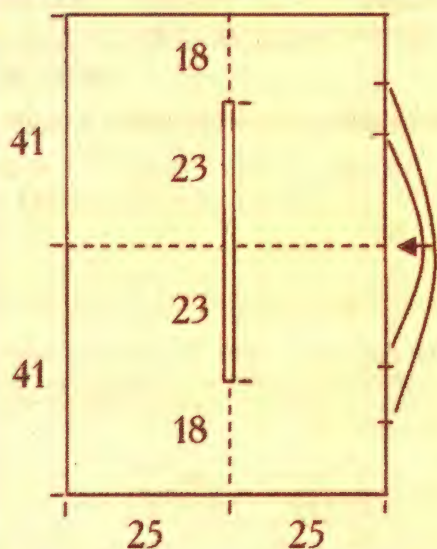
5 ♕ ♖ ♘ ♕ ♖

3 ♔

1 ♕ ♖ ♘ ♕ ♖

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27

рапорт



Узор — столбики с накидом (ст. с/н.)

Описание работы

Накидка связана одним полотном в поперечном направлении, которое показано на выкройке.

Наберите крючком 100 в. п.

1-й ряд: 3 в. п. для подъема, * 1 в. п., ст. с/н. — повторять до конца ряда.

2-й и следующие ряды вяжите как 1-й. Ст. с/н. вяжите над ст. с/н. предыдущего ряда.

Свяжите 21 р. (это центр накидки по вертикали), в **следующем ряду** провяжите 18 см (24 п.), затем наберите цепочку из 52 в. п. (по 26 для переда и спинки), пропустите 52 п. основания и продолжите вязание ряда. В этом случае вы получите глубокий и широкий вырез по переду и спинке.

От центра изделия свяжите столько же рядов в противоположную сторону.

Основное полотно готово.

Обвяжите горловину 1 р. ст. б/н.

Сшейте боковые стороны. Обратите внимание, что по бокам полотна сшиваются не до конца.

Открытые углы по бокам придадут вашей накидке больше свободы и пикантности. После сшивания обвяжите весь нижний край 2 рядами, чередуя ст. с/н. и в. п.

Бахрома: для украшения низа накидки бахромой нарежьте пряжу длиной 22 см, возьмите по несколько нитей (6-7) для каждой бахромы, сверните пополам, при помощи крючка протяните через край изделия, в образовавшуюся петлю проденьте концы нитей. Таким образом привяжите бахрому по всему краю.

Дополнительно бахромой можно украсить и горловину.

Примечание. Если вы не располагаете пряжей секционного крашения, но у вас есть много остатков пряжи разных цветов, смело можете ими воспользоваться и связать себе не менее красивую вещь!

Небольшая накидка из пряжи секционного крашения вяжется легко и просто, а яркие цвета и бахрома придадут ей легкости и непринужденности. Свяжите, примерьте, и у вас сразу поднимется настроение!

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа секционного крашения (шерсть 50%, акрил 50%; 350 м / 100 г) — 350 г; крючок № 3, игла для сшивания.



Накидка с полочками, пристегнутыми на пуговицы на противоположных сторонах, с кистями по краям и узкими ажурными рукавами удачно подчеркнет вашу фигуру и станет любимой вещью.

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа (хлопок — 50%, акрил — 50%; 250 м/100 г) — 550 г; спицы № 3, крючок № 2, игла для сшивания, 2 пуговицы Ø 2 см.

Узоры:

лицевая гладь.

Ажурный узор для рукавов. Для образца наберите 23 п. (количество петель кратное 3, плюс 2, кром.).

1-й ряд: изн. **2-й ряд:** лиц. **3-й ряд:** кром., * накид, 3 п. провязать вместе лиц., накид *, от * до * вязать до конца ряда, кром. В результате между лиц. у вас получится по 2 накида, находящихся рядом. **4-й ряд:** лиц., а накиды вяжите следующим образом: 1-й накид — лиц., 2-й накид — изн.

Описание работы

Обратите внимание на выкройку: перед и спинка накидки связаны одним полотном, начало вязания на выкройке обозначено стрелкой. Начнем с нижнего края правой полочки. Наберите на спицы 85 п. и вяжите полочку частичным вязанием.

1-й ряд: 12 п. (1-й и все нечетные ряды — лиц.), снимите следующую петлю, оберните вокруг нее рабочую нить, поверните вязание и вяжите в обратном направлении.

2-й ряд: все четные ряды — изн..

3-й ряд — свяжите первые 12 лиц., поднимите накид, навесьте на левую спицу и провяжите 13-ю петлю вместе с этим накидом (это необходимо для того, чтобы от частичного вязания не оставалось «дырочек»), свяжите еще 5 лиц., снова поверните вязание в обратную сторону (не забудьте в этом ряду и в последующих лицевых рядах при поворотах вязания поднимать рабочую нить и оборачивать ее вокруг следующей непровязанной петли на левой спице). Далее вяжите, прибавляя петли на правую спицу в каждом лицевом ряду: еще 3 раза по 6 п., 4 раза по 5 п., 4 раза по 3 п., 4 раза по 2 п., далее прибавляйте по 1 п., пока в работу не включатся все 85 петель.

До спинки вяжите без прибавлений. На линии, разделяющей полочку и спинку, разделите вязание на 3 части: верхнюю — 15 см, среднюю — 18 см, нижнюю — 20 см. Закройте среднюю часть, верхнюю и нижнюю части свяжите из разных клубков на высоту 3-4 см (это будет пройма накидки). Далее соедините вязание, добавьте недостающие петли ранее закрытой средней части вязания (для проемы) и свяжите спинку на высоту 22 см. Отметьте этот ряд стикерами или цветными нитками (это будет ровно половина накидки) и **вторую часть накидки** свяжите симметрично



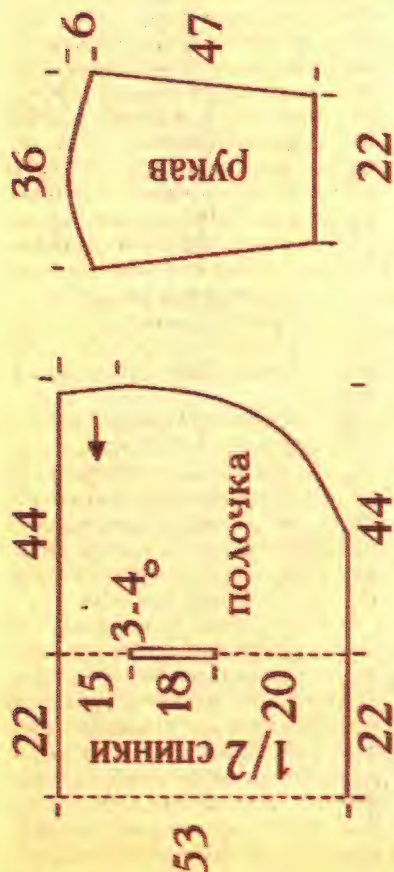
первой.

Через 22 см вывяжите пройму, а затем через несколько рядов начните делать убавления для закругления полочки частичным вязанием, недовязывая в каждом ряду со стороны бока накидки такое же количество петель, какое вы прибавляли на правой полочке.

Рукава: наберите на спицы 50 п. (количество петель кратное 3, плюс 2 кром.). Свяжите 1 ряд изн., 1 ряд лиц., а затем вяжите ажурным узором по описанию, приведенному выше. С каждой стороны рукава прибавляйте по 1 п. через 6 р. и включайте их в узор. Через 47 см закройте петли рукава в несколько приемов, закрывая в начале каждого ряда по 8 п., пока на спицах не останется 20 п. Закройте их все в одном ряду.

Кисти: оставшуюся пряжу нарежьте на отрезки примерно по 50 см. Возьмите 5 нитей, сверните их пополам и прикрепите полученные пасмы из ниток по низу накидки через равные промежутки 3,5-4 см следующим образом: при помощи крючка протасните свернутый край пасмы через край накидки, а в образованную петлю протасните концы пасмы. Затем разделите каждую кисть пополам и каждую часть завяжите узлом с соседними кистями. Для получения одинаковых кистей пользуйтесь линейкой, располагая ее между краем накидки и будущим узлом.

Сборка: сшейте рукава, вшейте их в проймы. Примерьте на себя, наметьте места пришивания пуговиц. При помощи крючка свяжите небольшие цепочки из воздушных петель для пуговиц. Пришейте пуговицы.



ЛЕТНЯЯ СУМКА, СВЯЗАННАЯ НА СПИЦАХ

Размеры: высота — 30 см, ширина — 32 см.

Вязанные сумки по праву остаются модным аксессуаром. Связать такой легко, один-два вечера за интересным занятием, и вы — счастливая обладательница модной вещицы!

Не забудьте связать образец.

Вам потребуются: толстая пряжа (хлопок 50%, акрил 50%; 80 м/100 г) — 300 г; спицы № 6; игла для сшивания; лейбл из кожи (можно взять с другой сумки или купить).

Узоры:

- * лицевая гладь
- * платочная вязка.

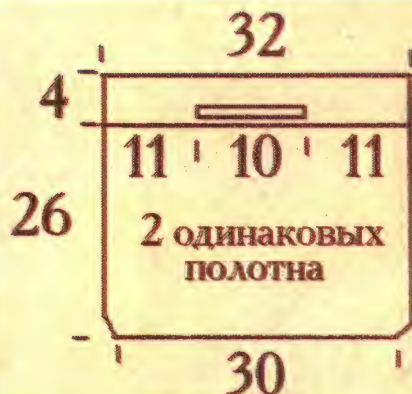
Описание работы

Вам надо связать два одинаковых полотна для передней и задней сторон сумки.

Наберите на спицы 30 петель. Свяжите 26 см (32 р.) лиц. гладью. Кром. петли провязывайте в каждом ряду, причем в начале ряда 1-ю петлю переворачивайте, тогда край сумки будет связан узелками.

Следующие 2 р. свяжите платочной вязкой. В 3-м ряду платочной вязки провяжите 10 п., следующие 10 п. закройте (для ручки), поверните вязание, наберите на правую спицу 10 п. вместо закрытых, с левой спицы снимите 1 петлю, оберните ее рабочей нитью, поверните вязание и продолжите вязание до конца ряда. Свяжите еще 6 рядов платочной вязкой. Закройте все петли в одном ряду.

Аналогично свяжите **второе полотно сумки**. Сшейте их между собой по боковым краям и по низу.



Подготовила Юлия ИВАНОВА



НЕОБЫЧНЫЙ БУКЕТ

В теплое время года особенно хочется украсить интерьер дома или дачи красивой цветочной композицией. Для этого отлично подойдет прозрачная емкость, в которой органично будет смотреться любой букет. Но если вам захотелось чего-то необычного или необходимо задекорировать стебли, которые смотрятся не очень эстетично, предлагаем несколько способов, как это можно сделать.

● Возьмите апельсин или грейпфрут и порежьте его кольцами. Чтобы композиция была более устойчивой, в центр вазы можно поместить высокий стакан. Заполните емкости водой. В стакан установите букет, а вазу заполните фруктовыми кольцами. Яркая и сочная композиция готова!

● Букету «с грядки» подойдет и соответствующий декор. Разложите в вазе капустные листья, наполните ее водой. Опустите в воду помидоры черри. В центр установите цветы, чередуя их с листьями капусты.

Для другого варианта потребуются флористическая губка и флористическая проволока. Губку пропитайте водой. Возьмите молодую морковь. Наколите ее на проволоку с одной стороны, а другой конец проволоки вставьте в губку. Установите заготовку в вазу так, чтобы она опиралась на дно. В верхнюю часть губки вставьте цветы, зелень, брюссельскую капусту на проволоке, дополните лозой винограда. Такая композиция сложнее в исполнении, но смотрится очень красиво и может стать украшением праздничного стола, особенно если торжество проходит на даче.

● Еще один интересный вариант пригодится всем любителям простых и необычных решений. Заполните прозрачную металлическую сетку куриными яйцами, предварительно поместив туда в ряд небольшие емкости с водой. Разместите цветы и зелень.

● Если у вас есть крупные комнатные растения, например, монстера или пальма, можно создать композицию, которая определено добавит стиля в ваш интерьер. Возьмите несколько листьев и покрасьте их акриловой краской. Можно использовать баллончик или нанести краску с помощью валика. Поместите готовые листья в высокий стакан или прозрачную вазу с водой.

ШНУРКИ В СТИЛЕ ОМБРЕ

Техника омбре прекрасно подходит для декора одежды и обуви весенне-летнего сезона. А окрасить шнурки не составит особого труда. Потребуется краска для ткани и немного свободного времени. Подробную инструкцию можно найти в Интернете.

СПОРТИВНАЯ ОБУВЬ ПЛЮС...

Кеды, кроссовки, слипоны уже давно не являются атрибутами спортивного стиля. Мы носим их с платьями, юбками, сарафанами. Добавить изюминку и немного романтики такому образу можно с помощью несложного декора.

- Модные слипоны станут еще эффектнее, если добавить к ним отделку в виде озорных бантиков из блестящей ткани.
- Возьмите широкую тесьму из пайеток и пришейте вручную к носку с внутренней стороны, чтобы стык оказался сзади, отверните.
- Очень интересно выглядят капроновые носки с декором. Отрежьте тонкие колготки плотностью 15-20 ДЭН выше щиколотки на 7-8 см. Аккуратно приклейте стразы, аппликацию или пришейте бусины. Не менее стильно такие носочки будут смотреться и с классическими лодочками. Особенно это актуально в жаркую погоду, когда надевать колготки совсем не хочется.
- Возьмите атласную ленту и завяжите из нее два банта. Края опалите над свечой, чтобы не осыпались. Пришейте вручную к носкам сзади.

ГОТОВИМСЯ К ПЛЯЖНОМУ СЕЗОНУ

Не за горами пляжный сезон, а это значит, что без стильной пляжной сумки никак не обойтись. Рассмотрим несколько вариантов декора, которые помогут даже самую обычную соломенную корзину превратить в эксклюзивную вещь.

СУМКА С СЕРДЦЕМ

Начертите карандашом или мелом по центру сумки контур сердца. С помощью горячего клея приклейте половинки «жемчужин» (их можно приобрести в магазине для рукоделия). По краю вручную пришейте бахрому из помпонов. Если ваша сумка натурального цвета, можно добавить яркости с помощью баллончика или акриловых красок для ткани.

СУМКА С «ГЛАЗОМ»

Чтобы выполнить аппликацию в форме глаза, приложите шаблон к сумке и обведите. К полученному контуру приклейте бахрому из помпонов. Возьмите плотную ткань, фетр или искусственную кожу и вырежьте основание глаза и зрачок. Для зрачка можно использовать готовую ткань с блестками или нанести на основу клей, а затем покрыть ее глиттером. Аппликацию к сумке приклейте или пришейте.



ПЛАТОК И ШАРФИК В НОВОЙ РОЛИ

Красивый шелковый или шифоновый платок или шарфик может стать той деталью, которая сделает ваш облик неповторимым.

● Проще всего оживить с их помощью невзрачную черную майку или футболку. Достаточно завязать концы платка или шарфа вокруг лямок майки. А поскольку у футболки лямок нет, кончиками платка можно обернуть уже повязанный вокруг шеи аксессуар и затянуть узлы.

● Платок, повязанный на шею, будет смотреться игриво, если слегка повернуть его вбок, а на кончиках завязать узелки.

● Из платка получится красивое подобие кольца, если сложить его наподобие шарфа и за уголки привязать к крупной цепочке. Можно сложить платок пополам, одну пару кончиков подвернуть петлей и закрепить ее наизнанку на проволоку бусинами, а свободные кончики пропустить через петлю и к уголкам пришить красивые подвески.

● Для браслета вам понадобится маленький шарфик с острыми уголками. Проденьте один уголок в крупное кольцо и закрепите его нитками. Обмотайте шарфик вокруг запястья так, чтобы кольцо было посередине, а свободный кончик пропустите через кольцо и спрячьте под виток шарфика.

● Если вам удастся найти в продаже металлическую пряжку от фирмы Gucci, как на лоферах, просто привяжите к ней платок и получите модный пояс.

Если не удастся купить, используйте вместо пряжки металлическое кольцо, пояс получится ничуть не хуже.

● Если тонкий шарфик сложить в несколько слоев, скрутить жгутом и привязать к цепочке, получится оригинальное кольцо.



ОРИГИНАЛЬНЫЕ ДЖИНСЫ

Немного усилий, и обычные джинсы превратятся в изюминку вашего гардероба.

● Очень эффектно смотрятся джинсы с металлическим эффектом. Вы можете легко создать праздничный образ.

Возьмите джинсы, порошковую губку и акриловую краску для ткани цвета металлик. Нанесите краску на джинсы при помощи губки. Таким способом вы легко можете варьировать интенсивность цвета. Дайте джинсам хорошо высохнуть.

● Если хочется добавить в образ яркости, попробуйте следующий способ. Вам будут нужны акриловые краски для ткани нескольких цветов и кисти. Можно наносить мазки, капли, а можно просто разбрызгивать краску. Почувствуйте себя художником!

Плюсы этих двух техник в том, что здесь невозможно сделать что-то неправильно. Все зависит от вашей фантазии, а результат вас непременно порадует.

● Отрежьте джинсы до середины лодыжек. На трапециевидных полосках прозрачной ткани vyšейте пайетками цветы или купите сразу ткань с вышивкой. Пришейте ткань к отрезанным джинсам.

● Необычный низ этих джинсов с разрезами наискосок, металлическими блочками с вставленными в них колечками придаст джинсам оригинальный вид.

● Для того чтобы создать неповторимый образ, нужно всего лишь укоротить джинсы спереди, оставив заднюю часть длиннее, и завязать на шиколотке косынку как браслет.



Подготовили
Мария СТАРОДУБЦЕВА,
Валентина ЖИЛИНА, Марина ГРУЗДЕВА

Ваш стиль



НАРЯДНЫЕ ПЛАТЬЯ ДЛЯ ОСОБЫХ СЛУЧАЕВ

Выпускные и свадьбы,
весенние вечеринки,
наступление теплого
времени года – все это
нужно отмечать и
праздновать. В чем?
Не вопрос!





1 Элегантное платье кораллового цвета с запахом, завязывающимся поясом и рукавами с незашитыми внутренними швами подчеркивает изящную фигуру.

2 Длинное платье в стиле колорблок, с воротником-стойкой, вырезом на груди, широким поясом и высокими разрезами на подоле привлекает внимание изысканным кроем и яркими цветами.

3 Мини-платье с оригинальной отделкой — длинной бахромой и прозрачными вставками на груди и плечах — выглядит очень необычно.

4 Стильное платье лимонного цвета с объемными деталями, с подкладкой белого цвета, подойдет высоким и стройным девушкам.

5 Нежно-розовое платье прямого покроя с асимметричным верхом, декорированным воланами. Открытые плечи и длинные рукава с манжетами помогут продемонстрировать хороший вкус.

6 Нежное двухслойное платье из шифона и атласа с асимметричным подолом разной длины, глубоким декольте и рукавами с рюшами выглядит очень романтично.

7 Глубокий фиолетовый цвет, струящаяся атласная ткань, изысканный покроя и эффектные детали в виде драпировки, высокого разреза, каскадного низа и расклешенных манжет — составляющие успеха этого платья.

8 Яркое платье из ткани с эффектом «металлик» не нуждается в изобилии деталей. Длинная драпировка — все, что нужно для ошеломительного успеха!

9 Нежное платье из нескольких оттенков шифона, сплошь отделанное рюшами и воланами, создает романтическое настроение.

10 Яркий контраст черного и белого цветов, облегающего верха и объемного низа делает это платье очень эффектным. Глубокое декольте и баска — женственные детали наряда.

11 Платье-чехол из красного атласа, с драпировкой на груди и шлейфом, подбитым розовой тканью, достойно королевы.

12 Благодаря интересной декоративной детали, выполненной из широкой блестящей тесьмы и отрезков шифона, простое платье-чехол превращается в необычный наряд, который легко можно смастерить своими руками.

13 Стильное и элегантное платье из плотного трикотажа с воротником-стойкой, облегающим верхом, глубоко вырезанными проймами и каскадным низом зрительно вытягивает фигуру.

14 Атласное платье простого покроя может похвастаться одной замечательной деталью — широким стилизованным поясом-кокеткой, застегивающимся на пуговицы.

15 Платье, напоминающее по покрою снятую с плеч рубашку, с застежкой на пуговицы и поясом в виде рукавов, подойдет для веселой вечеринки.



Подготовила
Марина ГРУЗДЕВА



ШПИЛЬКА ВОЗВРАЩАЕТСЯ

Самой модной обувью весной и летом этого года будут классические лодочки с высокой шпилькой и узким мыском. Такие туфли могут быть с ремешками, оборками и даже крагами. Если вы не любите высокую шпильку, покупайте обувь на мини-шпильке. Она тоже в моде. Или выбирайте обувь с толстым массивным каблучком.

Из новых тенденций — украшение обуви перьями и кистями, необычная платформа и летние ботинки с открытыми пальцами или пяткой. По-прежнему остаются на пике моды пряжки, обувь с прозрачными элементами или целиком прозрачная, шнуровки и плетеные босоножки. Главное — выбрать плетение из веревок.



СУМОЧКА, СУМКА, СУМИЦА

Тенденция нового сезона — свободные руки, поэтому модельеры предлагают носить, например, сразу две одинаковые сумки, скрепив их ремешки, заправлять сумки под пояс, чтобы не держать в руках, повесить крошечную сумочку на руку или на пояс. Можно даже повесить на него не сумочку, а отдельно кошелек, ключи и чехол для телефона. Но если этим летом вы выйдете на улицу с огромной тряпичной котомкой, а прохожие будут удивлены, значит, они не знакомы с новыми тенденциями. Рукодельницы, умеющие вязать крючком, смогут сэкономить деньги, ведь вязаные баулы, сетки, сумки и рюкзаки сегодня на самом пике моды.



ВЕСТА

№ 5 Май 20

ЧТОБЫ ГОЛОВУ НЕ НАПЕКЛО

Моделеры предлагают летом носить косынки, повязанные на разный манер, бейсболки — обычные, а-ля Шерлок Холмс или с несколькими козырьками. Особый шик — матерчатая шляпа с мягкими полями или панама в цвет платья. По-прежнему в моде широкие головные повязки. А для торжественного случая отлично подойдет берет или шляпка с вуалью.



41



Мужчина в вашей жизни ДОЛГО ЛИ, КОРОТКО ЛИ — А СВАДЬБЕ БЫТЬ!

Кто-то встретил свою судьбу и сразу узнал ее. Двое полюбили друг друга с первого взгляда и через месяц стояли на пороге загса, а у кого-то с момента первой встречи с единственной и неповторимой любовью до свадьбы прошло несколько лет.

У какой пары больше шансов на счастливую семейную жизнь, чтобы «они жили долго и счастливо и умерли в один день»?..

Психологи считают, что от продолжительности периода ухаживания зависит счастливая семейная жизнь. Но каким образом? Проанализируем типичные случаи.

Итак, если до свадьбы вы знали друг друга...

МЕНЬШЕ ГОДА

КАК ЭТО БЫВАЕТ?

Как правило, люди быстро принимают решение пожениться в двух случаях. Когда влюбленных накрывает такая волна страсти, против которой невозможно устоять, а поскольку оба понимают, что сопротивление бесполезно, остается только одно: свадьба.

Второй же случай лишен романтики в принципе. Такой «практичный» брак называют браком по расчету. Если оба партнера уже давно готовы к созданию семьи, а когда, наконец, встречаются, понимают, что их желания совпадают.

КАКОВ ПРОГНОЗ?

Как вы думаете, кого из этих пар в будущем ожидает развод? Конечно, чаще всего тех влюбленных, которые спешат вступить в брак, поддавшись нахлынувшим на них чувствам. Чем горячее любовь в самом начале отношений, тем больше вероятности, что брак продлится недолго. Такие выводы позволяет сделать жизнь, их констатируют психологи. После идиллического периода ухаживания наступает совсем не романтическая семейная жизнь, которая несет с собой непредвиденные раньше заботы и проблемы. Поэтому новобрачных неминуемо постигает разочарование.

А вот пары, которые решили не тянуть со свадьбой, потому что им удалось найти друг в друге то, что они давно искали, скорее всего, проживут долгую и счастливую совместную жизнь.

Так случилось, например, с Иваном (37) и Светланой (35), чей брак длится уже 10 лет. До того как познакомиться, оба прошли через несколько романов, Иван даже жил в гражданском браке больше года, но ни один из нашей пары не был удовлетворен этими отношениями. Чего-то все-таки не хватало.

А познакомившись на вечеринке у общих знакомых, они уже через семь месяцев стали мужем и женой.

Вот что по этому поводу думает Иван: «К тому времени, когда судьба свела нас, мы оба уже прекрасно знали, кто нам нужен, и были очень счастливы, найдя друг в друге то, что нам обоим необходимо для счастья».

ЕСТЬ ЛИ ШАНС НА СЧАСТЬЕ?

Проблемы, которые возникают в таком браке, связаны с тем, что у влюбленных мало времени, чтобы хорошо узнать друг друга. Вы знаете о супруге главное: его сильные и слабые стороны, мечты, надежды... Но когда попытаетесь побольше узнать о его прошлом, при этом делаясь и своими воспоминаниями, возможно, обнаружите новые точки соприкосновения. Достаньте свои альбомы с детскими и школьными фотографиями и посмотрите их вместе, рассказывая друг другу все самое интересное, что происходило в вашей жизни до того, как вы нашли друг друга.

Еще один подводный камень, на который может наткнуться ваша семейная лодка — это ошибочное ожидание, что романтическая любовь, которая привела вас в загс, должна длиться вечно. «Раньше ты мне признавался в любви каждые полчаса, а теперь только раз в неделю!» — такие упреки можно услышать в каждой второй новоиспеченной семье через несколько месяцев после свадьбы. Но это не значит, что пришло время разводиться. В повседневной жизни невозможно сохранить тот накал страстей, который сопровождает романтическую влюбленность, а медовый месяц не может продолжаться вечно. Теперь ваша задача — стать настоящими друзьями, единомышленниками, поддержкой и опорой друг для друга.

Очень хорошо найти какие-нибудь общие занятия: сходите с мужем и его друзьями на стадион, где играет их любимая футбольная команда, начните вместе заниматься спортом, попросите его прочитать книгу, которая вам понравилась. Кроме романтической любви вас объединяет еще очень многое. Постарайтесь эти связующие факторы найти и укрепить.



«Мой муж — заядлый рыбак. Раньше меня раздражали и злили его частые поездки на рыбалку: в выходные дни я чувствовала себя очень одинокой. Но однажды я решила поехать вместе с ним и даже не ожидала, что меня так увлечет это занятие. Теперь мы всегда ездим рыбачить вместе. Спасибо рыбалке — она нас очень сблизила!» — делится Елена (27).

КАК ЭТО БЫВАЕТ?

Люди, которые идут к браку со средней скоростью, как правило, уверены в себе, уравновешенны и в то же время не стремятся поскорее обзавестись семьей. Они подходят к браку разумно: прежде чем принять окончательное решение, им необходимо проверить свои чувства и убедиться в правильности сделанного выбора. «До того как пожениться, мы с Игорем встречались два с половиной года. У нас было достаточно времени, чтобы хорошенько узнать друг друга, укрепить наши отношения и стать единомышленниками, — рассказывает Лариса (29). — Мы прекрасно дополняем друг друга, и часто я не понимаю, как раньше могла без него жить».

КАКОВ ПРОГНОЗ?

За обычным среднестатистическим периодом ухаживания часто следует крепкий брак, гармоничный и счастливый. Психологам удалось установить идеальный период добрых отношений. Они выяснили, что чем он ближе к средней продолжительности (два года и четыре месяца), тем устойчивее брачный союз. У партнеров достаточно времени, чтобы проверить свою любовь, и в то же время не дать ей остыть.

ЕСТЬ ЛИ ШАНС НА СЧАСТЬЕ?

Скорее всего, вы считаете ваш брак счастливым, но добавить ему немного романтики не мешает. Вспомните, когда вы в последний раз вместе веселились, смеялись или делали что-то совершенно сумасшедшее? Чтобы стать еще ближе друг к другу, не нужно много времени или денег. Подбегите к мужу и поцелуйте во второй раз, когда он уходит утром на работу. Когда его любимая группа будет в вашем городе на гастролях, сделайте ему сюрприз: купите билеты и прикрепите их к его смартфону. Спровоцируйте его на подушечный бой, а победитель делает побежденному массаж всего тела.

А можно последовать примеру Людмилы (32): «Иногда я отправляю детей к бабушке, а сама собираю корзинку с чем-нибудь вкусненьким и звоню мужу, чтобы сообщить: сегодня вечером у нас будет романтический пикник для двоих на природе».

БОЛЬШЕ ТРЕХ ЛЕТ

КАК ЭТО БЫВАЕТ?

Не торопятся под венец, как правило, любители развлечений и свободы, предпочитающие романтическим свиданиям наедине общение с друзьями, путешествия и тусовки в клубах. Другая категория — те, кто не спешит с браком, потому что когда-то уже имели печальный опыт неудавшейся семейной жизни, или пережившие болезненный разрыв отношений.

КАКОВ ПРОГНОЗ?

К сожалению, неумолимая статистика свидетельствует о том, что пары, затягивающие с браком, разводятся быстрее всех остальных. Как утверждают психологи, слишком долгий период ухаживания чаще всего вызван двойственным отношением к браку, неуверенностью и нерешительностью партнеров. Однако шансы на благополучие в таком браке значительно повышаются, если у обоих супругов были веские причины «ожидания счастья». Например, они познакомились в очень юном возрасте, занимались карьерой или были отягощены какими-то семейными проблемами (кстати, если вы сумели преодолеть все препятствия вместе, пусть на это и ушло много времени — это очень хороший знак).

Все эти причины долго мешали Наталье и Денису стать мужем и женой. Наталье, которой сейчас 31 год, было всего 17, когда она познакомилась с шестнадцатилетним Денисом. Они подружились и начали встречаться, но вскоре Наташа окончила школу и уехала в другой город поступать в университет. Денис после окончания школы решил помогать отцу в бизнесе и вскоре открыл свой магазин. Влюбленные поддерживали отношения, даже будучи очень заняты своими делами и находясь вдали друг от друга. Через пять лет, когда Наташа вернулась домой с дипломом и молодые задумались о свадьбе, возникло новое препятствие: тяжело заболел и вскоре умер отец Дениса. Ему пришлось взять на

себя заботу о семье (кроме мамы, которая была просто убита горем, у него были еще две маленькие сестры-близняшки) и продолжить семейный бизнес. «Казалось, сама судьба строила нам препятствия одно за другим, но мы все выдержали, пережили и теперь очень счастливы», — вспоминает Наталья.

ЕСТЬ ЛИ ШАНС НА СЧАСТЬЕ?

Не рассчитывайте, что после заглавного семейная жизнь должна сложиться сама собой. Почаще показывайте супругу, что он вам дорог, вы его не просто любите, но и цените. Например, скажите мужу, что приготовленные им шашлыки — самые вкусные в мире. Шепните детям (но так, чтобы он обязательно услышал), что у них самый замечательный папочка на свете. И даже такой тривиальный подарок, как новые носки, можно превратить в знак внимания, прикрепив к ним записочку со словами: «Самому лучшему мужу и папе».



Как его вернуть

Однажды вы замечаете: внимание вашего мужчины к вам сменилось ледяным равнодушием. Нужно что-то срочно предпринять. Прочтите этот гороскоп-досье на сильную половину человечества. Может быть, вы найдете в нем ответы на волнующие вас вопросы.

Итак, если вас бросит мужчина, рожденный под знаком

ОВЕН. то вам лучше забыть о нем, ведь он никогда не признает своих ошибок. Ведите себя шумно, дерзко, но когда заговорит он, вам лучше изредка улыбаться, соглашаясь с ним — ведь вы не совершенство, и он все время будет вам на это указывать и говорить, как вам изменить себя. Если вы в состоянии всю жизнь выполнять указания этого диктатора — Овен создан для вас.

ТЕЛЕЦ не бросит вас сразу, потому что упорство — его единственное реальное достоинство. И даже если вы ему наставили рога с его лучшим другом, делайте вид, что стараетесь прийти в себя после тяжелого потрясения. Ваше терпение будет вознаграждено, ведь какой еще знак так сентиментален и добросердечен, как Телец?

БЛИЗНЕЦЫ. Здесь вы сами виноваты, но это не значит, что он к вам охладел. Он о вас просто забыл. Но раз уж вам его серьезно не хватает, подстройте случайную встречу. Он сразу решит, что вы ему кого-то сильно напоминаете. Демонстрируйте интерес к нему. А главное — дайте возможность ему вести беседу, и он договорится до того, что влюбится в вас. С этого момента вы можете начать все заново.

РАК. Бросив вас, он окажет вам неоценимую услугу. Возможно, на его решение оказали влияние родственники, особенно мама. Она сразу решила когда-то, что вы ему не пара. Он первый приползет к вам, как побитая собака. В этот момент можете помириться с ним. Будьте внимательны к нему — он это любит, дайте ему возможность проявить заботу о вас. Тогда он признается вам в вечной любви.

ЛЕВ. Что же вы хотите? Вы посмели покинуть почетное место у его ног и решили сами зарабатывать деньги и быть независимой. Постарайтесь как можно быстрее признать свои ошибки. Можете открыто лгать ему в глаза о его достоинствах — Лев растает, так как падок на лезть. И милое разрешение занять ваше прежнее место, чтобы вы продолжили петь ему дифирамбы в усиленном режиме. В перерывах между ними он будет носить вас на руках.

ДЕВА. Этот знак неохотно отказывается от устоявшихся связей. Чтобы вернуть его, вам надо изменить свою внешность в лучшую (с его точки зрения) сторону, до блеска надраить квартиру. И, зайдя якобы к нему ненароком на работу, вскользь обмолвиться, что получили прибавку к зарплате. Но прежде чем вернуться с ним домой, приготовьтесь выслушать двух-трехчасовой поток его словесного морализаторства.

ВЕСЫ. Если он бросил вас, значит встретил кого-то еще, так как без посторонней помощи он не способен принимать решения. Чтобы вернуть его, вам надо выглядеть красиво и ухоженно. Можете похвастаться, что получили наследство (если это действительно так), потому что Весы любят роскошь. Тогда у вас есть все шансы увести вашего мужчину прямо из-под носа конкурентки.

СКОРПИОН. Вы несерьезно относились к нему. Гордый и памятный, он никогда вам этого не простит. Не пытайтесь устраивать ему сцен — ваши неумелые попытки только развеселят его. Но этот человек неравнодушен к собственной значимости. Используйте это качество. Можете, и получится.

СТРЕЛЕЦ. Он сначала говорит, а потом думает. В нашем несовершенном мире он безо всякого злого умысла может соблазнять наивных девочек. А потом придет к вам и расскажет все в убийственных подробностях. С вашей стороны разумнее будет проследить, чтобы этот кентавр слегка придержал свои порывы и отдал вам долги.

КОЗЕРОГ. Если этот человек бросил вас, значит новый объект его увлечений имеет состояние, большее чем у вас, или более высокое положение в обществе. А пока вы не в состоянии доказать обратное, вам придется довольствоваться ролью любовницы. Но в случае дилеммы между карьерой и любовью этот мужчина все же выберет первое.

ВОДОЛЕЙ. Никогда не бросит вас настоящего. Просто прекратит с вами интимные контакты, а в остальном ваши отношения ни в чем не изменятся. Даже если он ушел к другой — сделайте вид, что разделяете его точку зрения, какой бы дикой она ни казалась. А если будете вставлять палки в колеса — взбунтуется. Водолей просто любит перемены и не исключено, что через месяц он вернется как ни в чем не бывало.

РЫБЫ. Сам не бросит вас, но подстроит все так, будто вы сами решили порвать с ним, например, исчезнет надолго без всякого предупреждения. Хотите вернуть его? Надоедайте телефонными звонками, преследуйте на улице. Используйте чувствительность Рыб. Меняйте почаще партнеров, плохо ведите себя в обществе — и валите все на тяжелое безрадостное детство. И вот, наконец, этот праведник захочет вас спасти.

Подготовила Татьяна ШАТОХИНА



Гороскоп

с 15 мая по 15 июня

Астролог-консультант Николь БУРЯ

ОВЕН Во второй половине мая возможны финансовые трудности. Старайтесь избегать излишней откровенности с окружающими, она может навредить вам. В первой половине июня на работе возможны интриги, а в семье — конфликты. Возможны проблемы с родственниками. Все это может негативно отразиться на вашей нервной системе. Старайтесь хорошо высыпаться, больше времени бывать на свежем воздухе.

Неблагоприятные дни в мае: 17, 21, 26, 31. В июне: 5, 9, 13.

ТЕЛЕЦ Во второй половине мая больше времени уделяйте себе и своим близким. Семейные и любовные отношения будут гармоничными, финансовая ситуация — стабильной, но деньги держите под контролем. Возможны крупные расходы, но и потери, кражи. В конце мая и начале июня многим предстоит хлопоты, связанные с ремонтом дома, квартиры. Некоторых ждет смена места жительства.

Неблагоприятные дни в мае: 16, 20, 24, 30. В июне: 3, 8, 12.

БЛИЗНЕЦЫ Во второй половине мая особенно осмотрительными должны быть страдающие заболеваниями бронхолегочной системы и подверженные аллергии. Ухудшение здоровья может создавать трудности в общении и тормозить финансовые успехи. В начале июня придется преодолевать многие препятствия и трудности. В это время лучше сосредоточиться на привычных делах, не замахиваясь на новые проекты.

Неблагоприятные дни в мае: 18, 22, 27. В июне: 2, 5, 9.

РАК Во второй половине мая у вас возрастет уверенность и решительность, появится шанс кардинально изменить судьбу как в личном, так и в деловом плане. Поездки, запланированные на этот период, будут удачными. В начале июня избегайте необдуманных финансовых решений, будьте осмотрительны с друзьями, их советы и мнения могут быть как полезными, так и ошибочными. Старайтесь больше полагаться на свои силы.

Неблагоприятные дни в мае: 15, 19, 24, 29. В июне: 3, 8, 12.

ЛЕВ Во второй половине мая внутренний конфликт и недостаток практичности могут привести вас к серьезным промахам в работе. Возможны большие расходы, связанные как с друзьями, так и с потребностями близких людей. В первой половине июня некоторых могут беспокоить проблемы со здоровьем, связанные с реакцией на перепады атмосферного давления, а также неприятные явления из-за нервного напряжения.

Неблагоприятные дни в мае: 18, 23, 27. В июне: 2, 6, 10, 14.

ДЕВА Вторая половина мая принесет хлопоты, связанные с финансами или недвижимостью. Звезды рекомендуют вам на недельку-другую отправиться отдохнуть к морю. В июне у многих может сложиться непростая ситуация, связанная с друзьями, коллегами или важными персонами. Возможно, речь пойдет о деньгах. Проявите терпение и выдержку, и во второй половине месяца вы сможете урегулировать многие спорные вопросы.

Неблагоприятные дни в мае: 19, 24, 29. В июне: 3, 7, 11, 15.

ВЕСЫ Во второй половине мая будьте осторожны: возможно, кто-то захочет воспользоваться вашим имуществом или финансами в своих корыстных целях. В это же время возможны проблемы со здоровьем. Звездные влияния июня дадут вам возможность навести порядок в делах и упрочить свое положение в профессиональной сфере. Некоторых ждут интересные поездки, новые знакомства, романтические встречи.

Неблагоприятные дни в мае: 18, 23, 28. В июне: 1, 6, 10, 14.

СКОРПИОН Во второй половине мая вашему продвижению будет способствовать общение. Вообще это благоприятное время для романтических встреч, заключения сделок, начала новых проектов и привлечения к своим делам партнеров и спонсоров. После 23-го возможно ухудшение здоровья. В первой половине июня возможны непредвиденные расходы и конфликты с родными. Сдерживайте свои эмоции.

Неблагоприятные дни в мае: 16, 20, 24, 30. В июне: 3, 7, 11, 15.

СТРЕЛЕЦ Раздражительность и нервное напряжение во второй половине мая могут осложнить взаимоотношения с окружающими и отразиться на здоровье. В июне начнется сложная полоса и в работе, и в личной жизни. Недостатка в финансах не ожидается, но расходов будет много. Постарайтесь чаще устраивать себе передышки, заботьтесь о своем организме, чтобы достойно и без вреда для здоровья пережить этот период.

Неблагоприятные дни в мае: 18, 22, 28. В июне: 1, 5, 10, 14.

КОЗЕРОГ До конца мая проблем с финансами не предвидится. Семейные отношения значительно улучшатся. У одиноких людей могут появиться возможности устроить личную жизнь. В первой половине июня на работе могут возникнуть сложности. Не исключена вероятность интриг и сплетен. Возможны проверки, выявляющие недостатки реальные и мнимые. Но все закончится благополучно, и ваши заслуги признают.

Неблагоприятные дни в мае: 20, 25, 30. В июне: 4, 8, 12.

ВОДОЛЕЙ Вторую половину мая многие посвятят решению домашних проблем: ремонта, жилья, работам на даче. Потребуют к себе внимания дети. У влюбленных возможны разногласия. В начале июня на работе возникнут проблемы: неожиданные проверки, поездки, встречи делового характера. Финансовая ситуация будет сложной. У некоторых людей возможно обострение старых хронических заболеваний.

Неблагоприятные дни в мае: 21, 26, 31. В июне: 5, 9, 14.

РЫБЫ В конце мая в вашем окружении могут появиться новые люди, которые изменят ваши планы. Есть шанс, что вам предложат интересное и перспективное сотрудничество. Финансовая ситуация будет стабильной. В личной жизни возможны приятные сюрпризы. Перепады погоды в начале июня будут негативно влиять на ваш организм. Возможны скачки давления, боли в ногах. Не забывайте о зарядке и больше ходите пешком.

Неблагоприятные дни в мае: 16, 19, 25, 30. В июне: 4, 8, 12.



ПАННО



В интерьер своего дома многим хочется внести индивидуальности.

Справиться с этой задачей может настенное панно, особенно, если оно изготовлено собственными руками. Предлагаем вам несколько интересных идей, которые вы сможете воплотить в своей квартире.





● Цветочное панно не только внесет яркий акцент в ваше жилище, но и вам создаст летнее настроение. Правда, такой вариант больше подойдет для девичьей спальни.

В качестве основы можно использовать природные материалы, например, прочную ветку. К основе в ряд закрепите отрезки веревки или джутового шпагата. С помощью клеевого пистолета приклейте цветы. Если не хотите использовать искусственные, изготовьте цветы сами из плотного картона. Сейчас в Интернете очень много мастер-классов по изготовлению различных цветов из бумаги. А почистить такую конструкцию можно с помощью пылесоса.

● Комнату в восточном или экостиле украсит панно из плетеных салфеток под тарелки. Приобрести их можно в магазине товаров для дома. Соедините салфетки между собой с помощью клеевого пистолета, а с обратной стороны пришейте петли, за которые можно будет повесить конструкцию.

● Очень стильно смотрятся панно из толстой шерстяной или трикотажной пряжи.

Разрежьте пряжу на одинаковые отрезки. Сложите каждый отрезок вдвое, перекиньте через основу и затяните в петлю. Можно использовать разные цвета, чередовать пряжу, достигая нужного эффекта. В качестве дополнительного декора отлично подойдут бусины и кисточки, которые вы можете изготовить своими руками из той же пряжи.

● Украшения в стиле «звездного неба» привнесут в интерьер романтики и загадочности. Такой декор подойдет и для спальни, и для гостиной. Более прочную конструкцию можно выполнить из тонкого металла и покрыть акриловой краской. Если у Вас нет такой возможности, используйте плотный картон хорошего качества цвета «металлик» и вырежьте заготовки из него. Закрепите их с помощью клея или сделайте отверстия и привяжите ниткой.

● Панно из разноцветной пряжи выглядит так, будто нитки перекинуты через основу. На самом деле каждый отрезок нити завязан на основе снизу, а сами нитки перекинуты через верх основы, чтобы замаскировать узлы. Кисти привязаны отдельно.

● Многие любят вешать над спальным местом конструкции, называемые «Ловец снов». Такую оригинальную вещь проще

всего смастерить из вязаных салфеток и украсить отрезками тонкого кружева и разной тесьмы, а к ее концам привязать перья. Если салфетка одна и большая, основой для нее может стать детский хула-хуп, если маленьких салфеток несколько, натяните их на пальцы, и всю конструкцию подвесьте к обычной палке. Не забудьте очистить ее от коры и обработать морилкой.

● Хотите добавить интерьеру изюминку? Устройте в укромном местечке «Уголок путешественника». Поставьте в угол сундук, сверху разместите корзинки и саквояжи, а над ним организуйте панно из соломенных шляп разного фасона. Можно прикрепить их к основе, но лучше вбить несколько длинных гвоздей в стену и развесить на них шляпы в произвольном порядке.

*Подготовили Валентина ЖИЛИНА
и Мария СТАРОДУБЦЕВА*



Когда встречаются двое, имеющие опыт прошлых отношений, логично предположить, что у каждого за спиной всегда есть багаж воспоминаний, жизненного опыта и каких-то своих умозаключений.

А если получилось так, что ваш любимый мужчина — вдовец? Тогда возникает ряд вопросов. Способен ли он на новые отношения?

Как с ним себя вести?

Сможет ли этот человек полюбить вас или просто попытается заполнить пустоту в душе?

Попробуем понять, кто он, «мужчина-вдовец», и каковы особенности общения с ним.

Для большинства мужчин смерть жены — сильнейшая психологическая травма, и справляются они с ней по-разному. Психологи вообще считают, что «женская» и «мужская» тоска — совершенно разные. У мужчин она более глубока, но менее продолжительна. А поскольку их с детства приучают прятать свои чувства, то страдают они молча, и посторонним их тоска может быть и не видна.

Сильный духом мужчина, привыкший из любой тяжелой ситуации выходить еще более крепким и жизнелюбивым, может любить и хочет быть счастливым. И его никак нельзя назвать ни легкомысленным, ни бессердечным.

А вообще психологи считают, что овдовевших мужчин условно можно разделить на несколько категорий.



«КАК ЗА КАМЕННОЙ СТЕНОЙ»

Такой мужчина после смерти жены очень остро ощущает потерю. Для него покойная супруга была идеалом женщины, которую он сейчас возводит на пьедестал. Она была его «музой», «ангелом-хранителем», «надежным тылом». Может ли он жениться еще раз? Конечно, но лишь в том случае, если рассмотрит в новой избраннице черты предыдущей и поймет, что она соответствует его эталону. Почему так происходит? Обычно такой мужчина очень сильно привязывается к женщине, которая добровольно берет на себя все заботы о нем, о доме и детях. Она обихаживает супруга, возводя его в ранг «царя» и поклоняясь ему. Такое положение для него очень удобно: делать ему практически ничего не приходится, а его непререкаемый авторитет в семье как бы «вырастает» сам по себе. Такие мужчины часто считают себя несправедливо обойденными славы, непризнанными талантами, чью исключительность способна увидеть и оценить только любящая жена.

Если вы готовы к роли его безмолвной почитательницы, способной без устали восхищаться своим «гением», изо дня в день создавать идеальные условия для его жизни, ничего не требуя для себя (и сможете это доказать), этот человек «разрешил» вам разделить с ним оставшуюся жизнь.

«КОНСЕРВАТОР»

Такой вдовец менее болезненно приспосабливается к жизни после потери супруги. Со временем он находит в себе силы принять факт, что любимой женщины больше нет, но к новым отношениям не стремится, полагая, что больше на нежные чувства не способен.

С таким мужчиной создать новую семью непросто. Ему самому непонятна цель будущих отношений, так как он искренне считает, что весь спектр эмоций уже пережил. Но если он отважится на такой шаг, то может быть надежным и любящим мужем. Правда, его избран-

нице придется быть готовой к тому, что супругу иногда захочется вспомнить свою ушедшую жену и поговорить о ней, но это естественно. Того, что было, невозможно ни забыть, ни разлюбить.

«ПОТЕРЯННЫЙ»

Некотрые мужчины после смерти супруги испытывают полное опустошение. Такой вдовец не видит целей в жизни, не понимает, для чего живет, теряет уверенность в себе. Даже осознав потерю, он еще долго не может настроиться на новую волну. И еще долго может пребывать в страсти, хотя часто такие мужчины легко женятся вновь. Если избранница помогает ему вернуть все утерянное, заново обрести цель, то для него брак становится исцеляющим эликсиром. Новая семья может быть прочной и гармоничной, если новая жена будет готова вернуть ему мечту и помочь вновь встать на ноги.

«АЛКОГОЛИК»,

причем, эта формулировка не всегда относится к тем, кто «топит» свое горе в вине. Мужчина может пытаться заглушить свою тоску, отдаваясь работе, спорту, охоте, какому-то хобби. И так — до конца жизни, если... не найдется любящая и целеустремленная женщина.

Но в отличие от «ПОТЕРЯННОГО», «АЛКОГОЛИК» настолько погружается в отвлекающие моменты, что не очень легко женится вновь.

«МУЖЧИНА-РЕБЕНОК»

Мужчине-вдовцу этого типа приходится сложнее всего, так как после ухода супруги он сталкивается с суровой правдой жизни и понимает, что совершенно не самостоятелен.

Иногда он может превратиться даже в паникера — так страшно ему остаться теперь один на один с проблемами, о которых прежде и не догадывался. В жене он видел маму, которая ухаживала за ним, направляла, подсказывала, гово-

рила, что делать, как поступать в той или иной ситуации и даже — как одеваться.

Если женщина поймет свою роль в жизни избранника и согласится на нее, она может вступить с таким мужчиной в брак, но роль мамы ей придется играть всю оставшуюся жизнь, даже когда появятся свои дети.

Мы рассмотрели самые основные типы мужчин-вдовцов. Гораздо реже встречаются такие, как

«БЕГЛЕЦ» —

человек, стремящийся «убежать» от своей беды. В стремлении заглушить боль потери он может куда-нибудь уехать (на время или навсегда), чтобы окружающее не напоминало о потерянном навсегда счастье, может «пуститься во все тяжкие», заводить скоротечные романы, увлекаться экстремальными видами спорта — только бы отвлечься от тяжелых мыслей и сладостных воспоминаний — ведь и то, и другое берedit ноющую рану и заставляет ее болеть еще больше.

Такому человеку поможет только великий лекарь — время, когда оно настанет для новой любви и счастья.

Конечно, эта классификация очень условна, и чаще всего в каждом мужчине соседствуют признаки нескольких описанных здесь типов, но все равно преобладает какой-то один. Но если у вас возникло серьезное намерение связать свою жизнь с мужчиной-вдовцом, обратите внимание на основные правила поведения во взаимоотношениях, чтобы не допускать ошибок.

Научитесь принимать его прошлое. Понятно, что ваш мужчина будет возвращаться мыслями к прошлой жизни, когда он счастливо жил со своей первой женой. Он никогда не будет плохо отзываться о ней, иногда будет сравнивать ее с вами. Здесь важно не раздражаться и не обижаться, напротив, если что-то задает ваши чувства, обязательно об этом говорите. Установите с ним доверительные отношения: пусть лучше он рассказывает, что у него на душе, обсуждает с вами свои проблемы, чем замыкается в себе.

Возьмите на себя роль второй жены. Мужчины, пережившие потерю супруги, как правило, переосмысливают свою прежнюю жизнь и стараются не повторять прежних ошибок. Женщине, которая вышла за вдовца, следует принять память о первой жене своего мужа с благодарностью: ведь это она помогла ему стать таким, каков он сейчас.

«Одна из моих знакомых через несколько лет после того, как вышла замуж за вдовца, задала ему вопрос: «Если бы ты мог вернуться в прошлое, кого бы ты сейчас выбрал: меня или первую жену?»

Бестактность своего вопроса она ощутила тут же, увидев изменившееся лицо своего бедного мужа. Избегайте таких и подобных вопросов даже через 20 лет семейной жизни». Надежда, 38.

Позвольте своему мужчине сохранить вещи из прошлой жизни. Любой женщине, которая начала новые отношения, захочется обустроить семейное «гнездышко» по своему усмотрению, но, если вы живете в доме вдовца, вещи, купленные первой женой, могут стать поводом конфликтов. В таких ситуациях лучше доверительно поговорить и рассказать о том, что вы чувствуете. Правильное общение с мужчиной позволит не задеть его память и в то же время дать возможность ему самому посмотреть на ситуацию под другим углом.

«Моя ошибка была в том, что сразу же, как только я переехала к моему мужчине (он овдовел 2 года назад), я тут же переставила всю мебель по своему усмотрению, убрала все фотографии его покойной супруги, оставив всего одну, и все дурацкие салфеточки с кресел и стульев.

Когда, придя с работы, он увидел все это, то тут же указал мне на дверь. Только через четыре месяца наши с ним отношения наладились». Галина, 46.

Будьте лояльны к восприятию вас родственниками вашего мужчины. Не забывайте, что они — неотъемлемая часть жизни любимого, и когда-то вам все равно придется с ними встретиться. Не исключено, что среди них будут близкие люди первой жены или дети от их совместного брака. Они могут отнестись к вам настороженно, с долей агрессии, но помните, они чувствуют потерю дорогого им человека, и восприятие вас продиктовано их внутренним состоянием. Не принимайте их отношение близко к сердцу, запаситесь терпением — придет время, и эти люди примут вас.

«Когда я вышла замуж за Павла, очень многие его друзья и родственники отвернулись от него, якобы не могли простить ему, что он слишком быстро после похорон жены снова женился. Но он просто не мог жить один: приготовить себе еду, постирать одежду, убрать квартиру — для него все это было невыполнимо. Но со временем мне удалось найти подход и к друзьям, и к родственникам мужа. Сейчас я не могу представить себе, что когда-то их не было в моей жизни». Анастасия, 45.

Будьте уверены в своей неповторимости. Никогда не сравнивайте себя с ушедшей женой своего мужа. Она осталась в прошлом, а ваша задача — быть счастливой и сделать счастливым его здесь и сейчас. Если мужчина выбрал вас, чтобы построить новую счастливую жизнь, значит он навсегда перевернул страницу прошлого. И именно вы — та единственная и исключительная, которую он заметил среди миллионов других.

Примите моменты его памяти. В жизни вашего мужчины будут дни, когда прошлое с головой окунет его в воспоминания. Как бы вы счастливы ни были, но когда-то у него была другая жизнь, и она напомнит о себе значимыми датами. Проявите понимание и терпение, если вашему любимому захочется поделиться, выслушайте его, но сами не заводите разговоров на эту тему. Просто будьте рядом для поддержки, и он будет искренне благодарен вам.

«Мы вместе с мужем посещаем на кладбище могилу его первой жены, ухаживаем за ней, ходим вместе в церковь в памятные дни, а если он по какой-то причине не может пойти сам, я еду туда одна и считаю, что делаю правильно». Ирина, 50.

Сстройте вашу новую семейную жизнь вместе. Наполните ваше пространство новыми яркими воспоминаниями. Путешествуйте, узнавайте новые места, создавайте ваши общие традиции и ритуалы. По возможности, обустройте свое жилье по своему вкусу. Поддерживайте супруга, но не погружайтесь вместе с ним в переживания. И он поймет, какой восхитительный подарок судьбы он получил в вашем лице!

Определенных и четких правил построения отношений с мужчиной-вдовцом не существует, мы лишь коснулись базовых моментов и надеемся, что наши советы помогут вам избежать будущих ошибок в совместной жизни.

Ведь все люди разные, а каждый человек индивидуален, поэтому, если вы испытываете сильные чувства, держите! И все у вас получится.

Подготовила психолог
Анна ШАЛИТКИНА



ОНА ПОДАРИЛА МИРУ ИСТОРИЮ ЭЖЕЙЖ ЭЙР

Историю маленькой гувернантки читают и смотрят в разных странах мира, потому что ее непрерывно переиздают и экранизируют вот уже почти 170 лет. А о жизни Шарлотты Бронте, автора бессмертного образа, известно до обидного мало: лишь воспоминания друзей да фрагменты переписки с Уильямом Теккереем и издателями. Хотя вся жизнь ее была как один тяжелый, но увлекательный роман.

БЕЗРАДОСТНОЕ ДЕТСТВО

Шарлотта Бронте была третьим ребенком священника Патрика Бронте и его жены Мэри. Родилась она в 1816 году в небольшом городке Торнтон графства Йоркшир. Преподобный Патрик был веселым человеком. Он сочинял стихи, любил напевать духовные песни и тратил немалые деньги на создание домашней библиотеки, которую любовно собирал для своих детей.

К тому времени, когда пастор получил приход в местечке Хоурт, Шарлотте исполнилось четыре года, а у супругов Бронте было пятеро дочерей и сын. Спустя год после переезда Мэри Бронте умерла, а отца Патрика будто подменили: он стал замкнутым, молчаливым, его проповеди становились суровее, а обращение с детьми строже. Временами, когда от тоски становилось невмоготу, он хватал ружье, выскакивал из дома и стрелял в воздух, пока не кончались патроны.

Он по-своему старался правильно воспитывать своих детей: завел жесткий распорядок дня, поручил их воспитание строгой тетушке, сестре покойной Мэри, и позволял им читать книги из семейной библиотеки. Но нанять учителей для серьезного домашнего образования пастор не мог — не позволяли средства, — и ему пришлось отправить четырех дочерей в сиротский приют (самые младшие — дочь Энн и сын Брэнзуэлл — остались дома). Но из-за недоедания, жестокого режима и телесных наказаний две девочки заболели чахоткой и умерли, а Шарлотту и Эмилию отец вернул под опеку тетушки.

ТВОРЧЕСКОЕ ОТРОЧЕСТВО

В пасторском доме дети сами придумывали себе развлечения. Сначала это был кукольный театр. Шарлотта и Эмилия сочинили пьесу о солдатских подвигах в честь Наполеона и Веллингтона, а Брэнзуэлл, обнаруживший способности к рисованию, написал декорации. Дети все вместе мастерили кукол и целый месяц разыгрывали спектакль перед единственным зрителем — служанкой. За первой пьесой последовала другая, третья...

Когда игра в театр всем наскучила, неугомонная Шарлотта придумала новое занятие: у каждого из детей появился воображаемый остров, населенный сказочными персонажами. И хозяин острова должен был каждый вечер рассказывать о приключениях своих подопечных и записывать эти истории в журнал. Так родилась волшебная страна Ангрия, и впервые проявился писательский дар у всех трех сестер Бронте. После «Хроник Ангрии» они уже не выпускали из рук пера и бумаги.

НОВЫЙ ПАНСИОН

Наглава семейства все-таки мечтал дать детям серьезное образование: Его выбор пал на хорошо зарекомендовавший себя пансион Вулера в Роухеде. Но денег хватило только на то, чтобы устроить туда одну из сестер. Напуганная сиротским приютом Эмилия отказалась. Отправили Шарлотту (спустя несколько лет туда попадет и Энн).

Пансион Вулера оказался действительно прекрасным. Успешно окончив его, Шарлотта три года (пока училась Энн) преподавала там же французский язык и рисование. Все это время она не переставала писать и как-то решила отослать несколько стихотворений Роберту Саути. Тот раскритиковал их, заявив, что литература — не женское дело.

Поверив маститому поэту, Шарлотта о литературном поприще больше не думала, но писать стихи не перестала.

В 1838 году она вместе с Энн вернулась в Хоурт, чтобы создать «частную школу трех сестер Бронте».

Идея была вполне реальной: после учебы в пансионе Энн и Шарлотта знали, как взяться за дело, у Шарлотты были педагогический опыт и небольшие накопления, а Энн пригласили гувернанткой в богатую семью Робинсонов, где она могла довольно быстро заработать недостающие деньги. Но планам не суждено было осуществиться, и помешали им... мужчины.

МУЖЧИНЫ В ИХ ЖИЗНИ

Первым был их брат Брэнзуэлл. Пока сестры находились в Роухеде, он отправился в Лондон, чтобы устроить там выставку своих (очень талантливых) рисунков и забрал с собой все деньги, накопленные отцом и сестрами. Избалованная столичная публика не оценила его творчества. В газетах появились сухие статьи о провинциальном художнике, а Брэнзуэлл, пропив с горя все деньги, вернулся домой и заявил, что его ограбили. Дома он продолжал пить, оплакивая свой непризнанный талант. Пытаясь спасти брата, Энн выхлопотала для него место учителя рисования в семье Робинсонов, а Брэнзуэлл влюбился в хозяйку и посмел признаться ей в этом. В результате и брат, и сестра лишились места, а к пьянству прибавилось курение опиума. Жизнь сестер превратилась в ад: угрюмый отец, бродящий по дому «под кайфом» брат, нехватка денег...

БЕЗОТВЕТНЫЕ ЧУВСТВА

Жо тут в этом безрадостном доме появился молодой помощник отца Патрика Уильям Уэйтлин, полная противоположность Брэнзуэллу: умен, образован, спокоен, чутко, порядочен.

Шарлотта увлеклась, Энн потеряла голову. А он был помолвлен с другой. И когда переполненная чувствами Энн призналась ему в любви, Уильям объяснил, что предан своей невесте. Сердце Энн было навсегда разбито. А Шарлотта уехала из Хоуорта, забрав с собой Эмилию.

Повод был. Крестная дала денег на педагогический пансион в Бельгии, обучение в котором давало право на официальное звание учительницы.

Но закончить обучение сестрам не удалось. Эмилию теперь интересовало только творчество, и она постоянно что-то писала. А Шарлотта страстно, восторженно и безнадежно влюбилась в хозяина пансиона — Поля Эгера. Предмет ее страсти обладал недюжинным умом, мужским обаянием и взрывным темпераментом (ну прямо как Эдвард Рочестер из будущего романа). И так же, как Рочестер, был счастливо женат и имел пятерых детей.

Обожание умницы-Шарлотты льстило Эгеру, и он решился на ни к чему не обязывающий флирт. Но вскоре испугался глубины и откровенности чувств «маленькой гувернантки» и стал избегать встреч с влюбленной девушкой, делая вид, что не замечает ее откровенно пылких взглядов. Шарлотта, не в силах вынести откровенного пренебрежения, собрала чемоданы, попрощалась с пансионерками, официальным письмом известила хозяина о своем отъезде и вместе с сестрой навсегда исчезла из жизни Поля Эгера.

ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ

Шарлотта с Эмилией снова вернулись в свой мрачный дом с угрюмым бормотанием отца, пьяными криками Брэнзуэлла и печальной, постоянно кашляющей Энн. Вечерами, когда обитатели дома разбрелись по своим комнатам, Шарлотта, изнывая от тоски по любимому, писала ему письма. Она не собиралась их отправлять, ей нужна была хотя бы иллюзия общения с ним. И после ее смерти обнаружили целый ящик этих писем.

СПАСЕНИЕ ТВОРЧЕСТВОМ

Увы, письма не могли утолить душевной боли, и Шарлотта начала писать историю своей любви — роман «Учитель». Как-то, разбирая свои записи, она наткнулась на стихи Эмилии и поразились их красоте и неженской дерзости слога. У нее родилась идея издать за свой счет сборник стихов всех трех сестер. Но вспоминая реакцию Саути, решила издать его под псевдонимом «Братья Белл», принадлежавшем якобы мужчинам. Поэтический сборник был высоко оценен критикой. А уже через год с небольшим появился и сборник прозы

братьев Белл. В него вошли три романа: «Учитель» Шарлотты, «Агнесс Грей» Энн и «Грозовой перевал» Эмилии. «Учителя» разгромили, «Агнесс Грей» похвалили, «Грозовой перевал» не заметили. Это позже роман двадцатилетней Эмилии станет, по выражению Роберта Фолса, «манифестом английских гениев». А тогда Шарлотта, вдохновленная успехом хотя бы одной из сестер, взялась за новый роман и очень быстро закончила его, назвав по имени главной героини — «Джейн Эйр».

ЖЕНЩИНА, ОБЛАДАЮЩАЯ ТАЛАНТОМ

И свершилось! Весь тираж был моментально раскуплен, издательства соперничали за право переиздания, хвалебные рецензии были напечатаны почти в каждой газете. Знаменитый Уильям Теккерей, мечтая познакомиться с талантливой писательницей, пригласил ее в Лондон.

За «Джейн Эйр» вскоре последовал еще один роман — «Городок». Прочитав его, Теккерей точно охарактеризовал судьбу Шарлотты: «Бедная женщина, обладающая талантом! Страстное, маленькое, жадное до жизни создание, храброе, трепетное, некрасивое. Читая ее роман, я догадываюсь, как она живет, и понимаю, что больше славы и всех других небесных сокровищ она хотела бы, чтобы какой-нибудь Томкинс любил ее и она любила его».

ВРЕМЯ ПОТЕРЬ

Действительно, с любовью Шарлотте не везло. В ее жизни появился любимый мужчина, издатель Смит. Их чувства были взаимны, им было тепло и интересно друг с другом. Он заботливо поддерживал ее в трудные минуты. Но замуж почему-то не звал.

А в 1848 году для Шарлотты настали тяжелые времена: в октябре умер Брэнзуэлл, в декабре от чахотки — Эмилия. Шарлотта отчаянно боролась за жизнь самой младшей и самой слабой — Энн: отпаивала травами, возила на воды... но не спасла. В июне 1849 года Энн умерла.

ПОСЛЕДНЯЯ ПОПЫТКА СТАТЬ СЧАСТЛИВОЙ

Как жила Шарлотта в Хоуорте, окруженная могилами близких, истерзанная горем и одиночеством?

В 1854 году она приняла предложение преемника своего отца Артура Николлса-Бейля, стала миссис Николлс и вскоре забеременела.

Казалось бы, всё состоялось! Известность, благодаря гонорарам относительное благополучие, у нее появилась семья, скоро родится ребенок...

Но Артур категорически возражал против ее творчества — для жены священника литературная деятельность, да еще такая успешная, была неприемлема — у нее и без того много обязанностей.

Но не писать Шарлотта уже не могла и тайком от мужа строчила новое произведение, тщательно пряча рукописи.

Здоровье Шарлотты становилось все хуже, она стремительно слабела, но стойко переносила недомогание, объясняя его своей поздней беременностью.

Роман «Ширли» вышел в свет в самом начале 1855 года, а в марте Шарлотты Бронте не стало. Она умерла от чахотки, как и ее сестры, унеся с собой так и не рожденное дитя.



Удивительная и горькая загадка этой талантливой семьи.

Как у священника маленького прихода, затерянного среди унылых равнин Англии, могли вырасти такие одаренные дети?

И почему так дорого расплачивались они за свои таланты, умирая молодыми от болезни или порока, как Брэнзуэлл?

...Спустя какое-то время после смерти жены Артур Николлс получил письмо от некоей Элизабет Гаскелл. Та просила разрешения приехать, чтобы ознакомиться с архивом знаменитой писательницы Шарлотты Бронте. Ответ пастора был категоричен: «Никакого архива нет, так как миссис Николлс была прежде всего дочерью пастора и женой пастора, а не литературной знаменитостью».

Маленькая мужественная женщина, всю жизнь предпринимавшая попытки изменить уготованное ей судьбой однообразное существование, не была красивой, богатой, любимой. Все, чем она обладала, — это пылкий ум, трудолюбие, скромность и пылкое воображение, подарившее ей мир высоких чувств, а человечеству — ее прекрасную прозу.



В последние годы мы все чаще выбираем одежду и обувь, исходя из удобства. Но все-таки мы остаемся женщинами, поэтому хотим выглядеть красиво и изящно. Хотите выглядеть потрясающе и не страдать при этом в неудобных туфлях? Ответьте на вопросы нашего теста и выберите туфли, соответствующие вашему характеру и тому мероприятию, для которого они предназначаются.

КАК ВЫБРАТЬ ТУФЛИ ДЛЯ ОСОБОГО СЛУЧАЯ

Большинство ответов А:

ВЫ — ЗНАТОК СТИЛЯ И МОДЫ В ОБУВИ

Вы считаете, что туфли способны не только прекрасно дополнить наряд, но и повысить настроение, изменить жизнь и придать уверенность в себе. Но с такой грандиозной задачей под силу справиться не всем туфлям. Вы — искушенный, хорошо информированный и придирчивый покупатель, и когда дело касается особенных туфель, вам нужно просто что-то из ряда вон выходящее. Ну что же, если вы все еще нуждаетесь в руководстве по поиску нужной вам обуви, прислушайтесь к нашим советам.

ДЛЯ ОФИЦИАЛЬНОГО ТОРЖЕСТВА

Сияющие открытые босоножки на высоких каблуках с длинными ремешками

или босоножки на каблуках с ремешком вокруг щиколотки.

ДЛЯ ВЕЧЕРНЕГО СВИДАНИЯ

Закрытые туфли с острым носком или открытые босоножки с ремешком.

ДЛЯ ВЕЧЕРИНКИ В КРУГУ ДРУЗЕЙ

Яркие открытые шлепанцы на шпильке или платформе.

ДЛЯ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ВЕЧЕРИНКИ

Нарядные открытые босоножки с широким устойчивым каблуком.

1 Как вы относитесь к своим ногам?

- А. Я постоянно балую их разными кремами и ванночками, полирую пяточки и регулярно делаю педикюр.
- Б. Забочусь о них, хотя это и не самая красивая часть моего тела.
- В. Не обращаю на них особого внимания. Во всяком случае, пока они меня носят.
- Г. Я их просто терпеть не могу.

2 Пальцы ваших ног:

- А. Это — десять превосходно ухоженных образцов красоты.

Б. Немного длинноваты или коротковаты, немного кривоваты — одним словом, они очаровательно неправильной формы.

В. Пальцы как пальцы (другими словами, ничем не примечательные).

Г. Я считаю их абсолютно безобразными.

3 Ваше отношение к педикюру:

А. Он необходим мне почти так же, как хлеб и вода.

Б. Я делаю педикюр только летом.

В. Я делаю педикюр только в особых случаях.

Г. Мысль о том, что незнакомый человек будет касаться

Большинство ответов Б:

ВЫ — РАЗУМНАЯ МОДНИЦА

Вы следите за модой, но не принадлежите к сословию ее рабов. Вы ищете стильные и эффектные туфли, которые не заставят морщиться от боли, если вам придется ходить в них целый день. Вы считаете, что туфли для особого случая не обязательно должны быть слишком открытыми, с чересчур высокими каблуками и множеством длинных ремешков, и вы абсолютно правы. Для того чтобы великолепно выглядеть и при этом не ломать ноги в неудобных туфлях, попробуйте последовать следующим рекомендациям.

ДЛЯ ОФИЦИАЛЬНОГО ТОРЖЕСТВА

Лодочки на среднем или высоком каблуке с глубоким вырезом и вытянутым носком или закрытые вытянутые сабо.

ДЛЯ ВЕЧЕРНЕГО СВИДАНИЯ

Стильные лодочки с Т-образным ремешком или открытой пяткой.

ДЛЯ ВЕЧЕРИНКИ В КРУГУ ДРУЗЕЙ

Сандалии или сабо на платформе.

ДЛЯ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ВЕЧЕРИНКИ

Сандалии без ремешков, лодочки или сабо на низкой платформе или каблукке.

ся моих ног, ужасает меня, поэтому я никогда не пользуюсь услугами педикюра.

4 Общее здоровье ваших стоп:

- А. Замечательное: нежная шелковая кожа, здоровые ногти, подвижные, энергичные пальцы.
- Б. Хорошее: есть небольшие шероховатости кожи, а ноги немного ноют после трудного дня.
- В. Относительное: мозоли, иногда боли в области свода стопы или пятки.
- Г. Неважное: частые боли в области свода стопы или пятки, плохая подвижность суставов.

5 Ваша обычная обувь, в которой вы ходите каждый день, это:

- А. Стильная: с высокими

каблуками и узкими носами.

- Б. Классическая и элегантная: туфли на среднем каблуке.
- В. Устойчивые симпатичные туфли на низком каблуке.
- Г. Удобная и комфортная: кроссовки, мокасины, туфли на низком каблуке.

6 В этом сезоне для вас очень важно, чтобы туфли для вечеринки или особого случая были:

- А. Наимоднейшими, потрясающими — на зависть всем подругам.
- Б. Стильными и элегантными, но при этом такими удобными, чтобы в них можно было танцевать всю ночь напролет.
- В. Такими универсальными, чтобы в них потом можно было пойти куда угодно.
- Г. Удобные, но нарядные.

7 Когда дело касается туфель, вы предпочтете:

- А. Стиль удобству.
- Б. Качество стилю.
- В. Качество и удобство.
- Г. Удобство стилю.

8 В этом сезоне ваши вечеринки и праздники в основном будут:

- А. Мероприятиями высшего класса с вечерними платьями и красивыми прическами.
- Б. Связанными с работой и презентациями.
- В. В кругу семьи или с друзьями.
- Г. На природе.

9 Насколько вы готовы носить неудобные туфли?

- А. Я «продержусь» в них с рассвета до заката, если они стоят того. Мозоли и

пластыри мне не помеха.

- Б. Мне приходилось носить неудобные туфли. Но что поделать? Без них мой наряд не выглядел бы так элегантно.
- В. Бывают туфли очень неудобные, но тогда не стоит в них и ноги ломать.
- Г. Я ни за что не надену неудобные туфли. Лучше пойду в вечернем платье и кроссовках.

10 Загляните в свой шкаф. Ваша коллекция обуви:

- А. Огромна и прекрасна.
- Б. Содержит туфли на все случаи жизни, причем они отвечают моему стилю и привычкам.
- В. Небольшая, но все мои туфли — любимые.
- Г. Маленькая, но я содержу свою обувь в полном порядке.

Большинство ответов В: ВЫ — ПРАКТИЧНАЯ ЛЕДИ

Вы отдадите предпочтение классическому стилю и вместе с тем уверены, что туфли должны отвечать своему назначению: защищать, согревать и не давать ногам устать раньше времени. Во время вечеринки вы хотите общаться и веселиться, а не думать о постоянном неудобстве и дискомфорте. Если в начале вечера вы еще обращаете внимание на стиль и эффективность обуви, то к его завершению для вас имеет значение лишь удобство и практичность выбранной вами модели. Каблуки? Это не ваше. Лакировка и блеск? Они требуют тщательного ухода и теряют вид при малейшем попадании пыли. Открытые босоножки? Вечером в них довольно прохладно. Неудобство — это не для вас. Но не волнуйтесь, вы можете выглядеть стильно и обойтись без пластырей, скрывающих мозоли и потертости, если последуете нашим советам при выборе обуви для особых случаев.

для ОФИЦИАЛЬНОГО ТОРЖЕСТВА

Сандалии без ремешков или лодочки на низком каблуке.



для ВЕЧЕРНЕГО СВИДАНИЯ

Лодочки на среднем или низком каблуке с открытой пяткой, нарядные босоножки на низкой платформе.



для ВЕЧЕРИНКИ в КРУГУ ДРУЗЕЙ

Удобные открытые сандалии.



для ПРАЗДНИКА на ПРИРОДЕ

Удобные туфли в стиле вестерн, «сникерсы», закрытые сабо.

Большинство ответов Г: ВЫ — ЛЮБИТЕЛЬНИЦА КОМФОРТА

Уж лучше вы будете ходить босиком, чем подвергнете себя пыткам и мучениям в неустойчивых и неудобных туфлях на высоченных каблуках. И за это вам очень благодарны ваши ножки и спина. Вы выбираете обувь, которая вам точно по ноге, создает ощущение легкости и необычайного комфорта. Однако это не значит, что вы должны появляться на всех вечеринках в «сникерсах» или кроссовках.

Прислушайтесь к нашим советам при выборе комфортной обуви для вечеринки.

для ОФИЦИАЛЬНОГО ТОРЖЕСТВА

Сабо в цвет платья, лодочки на сплошной подошве, открытые сандалии с нарядной отделкой.



для ВЕЧЕРНЕГО СВИДАНИЯ

Удобные блестящие лодочки, сабо на низкой подошве.

для ВЕЧЕРИНКИ в КРУГУ ДРУЗЕЙ

Шлепанцы или сланцы на низком каблуке.



для ПРАЗДНИКА на ПРИРОДЕ

Нарядные шлепанцы с украшениями в виде бабочек или цветов.



Мне 36 лет, но так получилось, что я до сих пор не замужем. Ну не встретила еще своего суженого-раженного. Моя подруга, кстати, тоже незамужняя дама моего возраста, из всех сил убеждает меня, что свободные мужчины нашего возраста, особенно разведенные, все как один ущербны: или горькие пьяницы, или законченные эгоисты, или ужасные зануды — иначе они тоже были бы заняты. Поэтому нам надо обращать внимание на мужчин, которым за пятьдесят: они уже вырастили своих детей, а значит, свободны от алиментов, а некоторые из них вообще вдовцы. У них богатый жизненный опыт, они наделены жизненной мудростью, знают, как угодить женщине, да и вообще, они уже полностью состоявшиеся и в профессии, и в жизни.

Сама я считаю, что общаться, влюбиться и строить серьезные отношения надо с ровесниками — с ними легче найти и общие увлечения, и общий язык.

Но подруга меня не понимает, а я не хочу поддаваться ее жизненной «философии». Иногда меня посещают мысли о том, что, может быть, она не так уж далека от истины, а я просто себя переоцениваю. Ссориться с подругой не хочется, но очень интересно узнать, кто из нас прав.

Ссориться с подругой не надо, а доказывать ей, что в представлениях об отношениях мужчин и женщин она неправа, смысла нет. И Вы, и она все равно останетесь при своих мнениях. Когда же в очередной раз подруга начнет рассуждать о том, какие мужчины Вам с ней нужны, а на каких даже смотреть не стоит, не противоречьте ей, а относитесь к ее словам, как к пустой болтовне. Не надо примерять ее взгляды на себя и навязывать ей свои.

Другой вопрос, что слова подруги, которые она повторяет слишком часто, заставляют Вас реагировать на них соответствующим образом. И постепенно Вы сами можете настроиться на поиск «подходящего мужчины» из тех, кому за пятьдесят. А сколько вокруг невестребованных и достойных мужчин-ровесников! Не обкрадывайте себя, и пусть подруга делает, что хочет, а Вы на ее «провокации» не поддавайтесь.

Мы поженились три года назад и сразу стали жить отдельно от родителей. Естественно, я никак еще не могу отвыкнуть от своей родной семьи, поэтому очень скучаю по маме и папе и часто езжу к ним. Мужу это не нравится, и он очень редко составляет мне компанию в моих

поездках. А мне очень жаль, что он не понимает, что иметь такого отца, как у меня, — просто счастье. Он — настоящий мужчина: все знает, все умеет, всегда может дать дельный совет, помочь разобраться в любой, самой запутанной жизненной ситуации. Как бы мне хотелось, чтобы у меня был такой муж! Я уверена, что ему было бы полезно общаться с моим отцом, учиться у него, брать с него пример (тем более, что муж вырос без отца). Конечно, мне хотелось бы строить свою семью, но чем плохо жить одной большой семьей, где все друг друга любят и уважают? Поэтому, когда я вижу прохладное отношение мужа к моим родителям, мне становится не по себе. Что мне делать?

Жить большой и дружной семьей, где все любят, уважают и понимают друг друга, конечно, прекрасно! Но в наше время все уже отвыкли от таких патриархальных устоев. Молодежь старается обустроить свой быт и строить свою семью по своему усмотрению, и в своей новой семье «выращивать» свои традиции. И, конечно, никто из молодых мужей не потерпит руководства своей семейной жизнью старшего по возрасту и положению — тестя. Конечно, он видит, как Вы любите и уважаете своего отца, но он, выросший без отца, никогда не поймет, откуда у Вас взялся такой пиетет к отцу. Молодой муж считает себя главой семейства и, наверняка, его самолюбие страдает, особенно если Вы часто ставите ему в пример действия, суждения и авторитет папы.

Вы сами еще не отвыкли от своей родной семьи, с которой накрепко срослись с детства, отсюда и растет напряжение, которое еще больше запутывает ваши отношения и с родителями, и с мужем.

Проанализируйте, в какие моменты Вы задеваете самолюбие мужа, и постарайтесь свести их на нет. Чтобы у мужа не сложилось впечатление, что Вы никогда не оторветесь от своей семьи, а на первом месте у Вас всегда будет стоять не он, а Ваш папа, смирите с тем, что Вам придется порвать «пуговину», которая связывает Вас с родителями, и имейте в виду, что никогда Ваш муж не будет таким, как Ваш папа, хоть он в Ваших глазах и идеален.

Недавно муж ушел из семьи и создал новую. Я очень болезненно пережила развод, но переболела, перестрадала и чувствую в себе силы начать новую жизнь, в которой будем только мы с десятилетним сыном. Но муж очень любит мальчика,

пытается чаще видеться с ним и мечтает познакомить его со своей новой избранницей, чтобы ребенок понял, за что он так любит «чужую тетю».

Я считаю, что ребенок еще полностью не осознал, что папа жизнь полностью переменялась, поэтому считаю, что ему надо дать время на осмысление и привыкание к новым обстоятельствам, и в это время видеться с отцом как можно реже. Неужели я не права?

Ваш муж хочет очень хорошо устроиться. Познакомить свою новую женщину со своим ребенком, сделать всё, чтобы они подружились, проводить вместе с ними выходные дни (а может быть, и каникулы) и так жить в свое удовольствие, не испытывая никаких угрызений совести из-за того, что он оставил своего ребенка без повседневной отцовской заботы и поддержки.

Он собирается делать это не для ребенка, а для того, чтобы самому спокойно жить, не испытывая никаких угрызений совести.

Вы совершенно правы, считая, что сейчас этого делать не следует. Надо дать всем время привыкнуть к новым обстоятельствам. В семье Вашего бывшего мужа должны устояться свои отношения, появиться какие-то новые привычки. А в вашей с сыном семье, которая перенесла сильнейший стресс, тоже должно все успокоиться. И для этого нужно время — не месяц, и не полгода, а, возможно, целый год, а то и больше. А уж знакомить ребенка с новой супругой и, тем более, пытаться рассказать ему, что она лучше его матери, это вообще бред! Такие попытки, кроме ревности, обиды и даже ненависти, ничего у мальчика вызвать не могут. По истечении какого-то времени (Вы сами поймете, когда) Вы найдете понятное сыну объяснение поступка его отца, но Вам нельзя забывать, что действовать надо только в интересах ребенка.

Юлия АЛЕКСЕЕВА



На вопросы о вере и православии, интересующие наших читателей, отвечает священник Алексей ЗАВГОРОДНИЙ

Почему церковь не разрешает венчаться, если у желающих обвенчаться нет свидетельства о браке, зарегистрированного и выданного в загсе?

Наверное, люди, которые хотят венчаться, понимают, что без регистрации в загсе их брак остается юридически незащищенным, но, тем не менее, они не хотят регистрироваться. А венчание в церкви — это их искреннее желание и осознанный выбор.

Люди, не желающие брать ответственность за брак перед государством и перед гражданским обществом, мягко говоря, лукавят. Такой способ сожительства очень удобен: не надо разводиться, обивать пороги загса, не надо делить имущество по суду и т. п. Здесь ставится на первое место чувственная любовь, которая со временем проходит. А вот на ее место приходят будни, в которых нужно смиряться, терпеть недостатки ближнего, учиться любить и принимать его таким, какой он есть: старого, больного и т. п., решать и преодолевать семейные проблемы, воспитывать детей, — одним словом, быть вместе и в горе, и в радости. Вот что значит настоящая любовь, о которой говорит Церковь венчающимися. А при отсутствии желания к такому совместному труду брак быстро распадается, люди находят себе тех, с кем меньше проблем, и беспрепятственно устраивают новые отношения.

Но они ошибаются, если думают, что без свидетельства о заключении брака, а только будучи венчанными, сменить супруга проще. С церковным браком так нельзя поступить, это ответственность не только перед людьми, но и перед Богом.

За два последние года я несколько раз была на похоронах, и меня удивило то, что родственники покойных не устраивают поминок, не отмечают 9 и 40 дней. Я имею в виду, что они не устраивают застолья, на которых обычно собирают родных и знакомых, тех, кто провожал покой-

ного в последний путь.

Они говорят, что всё это не так важно, как поминание в церкви, а люди часто приходят лишь для того, чтобы выпить и поесть.

Обидно, что издавна общепринятые традиции умирают. И что плохо в том, чтобы люди собрались за столом и поминули добрым словом недавно от них ушедшего? Что Вы на это скажете?

Традиционно сложилось так, что по окончании заупокойной молитвы принято накрывать трапезу, независимо от того, читают ли Псалтирь по покойному или идут на кладбище, в церковь, все равно заканчивается трапезой, за которой человека вспоминают добрым словом и поминуют.

Более правильный, или полный, помин обязательно включает в себя поминальную трапезу, но одно дело, когда нет возможности накрыть поминальный стол, а другое дело, когда возможность есть, но родственники не хотят себя утруждать.

Недавно я случайно узнала, что для моих родителей я — не родная, а приемная дочь. Меня, оказывается, в детстве взяли из детдома.

Мне 45 лет, я замужем, у меня двое детей, и я очень люблю своих приемных родителей. Но для них тот факт, что тайна моего происхождения раскрыта, оказался чуть ли не трагедией. Они признались мне, что очень боятся, как бы я теперь их не

бросила. Это полная ерунда, ведь они меня вырастили, выучили, я им за это очень благодарна. А из-за того, что они мне, как теперь выяснилось, не родные, я не буду любить их меньше.

И все-таки мне очень хочется найти моих биологических родителей. Что Вы мне посоветуете?

Безусловно, Вам нужно поговорить со своими приемными родителями и обсудить сложившуюся ситуацию, объяснить им, что вы их очень любите и независимо от того, приемные они или нет, вы прекрасно осознаете, понимаете и цените, сколько сил, терпения, труда, внимания и любви они вложили в ваше воспитание, и как Вы им за это благодарны. Уверьте их в том, что Вы свидетельствуете перед Богом, что никогда не оставите их, не бросите, будете их доживать и т. п., они навсегда будут вашими самыми любимыми и дорогими людьми, которые не будут нуждаться ни в чем, что вы будете рядом до самого их перехода в Вечность.

Но при всем этом у Вас возникло желание найти своих биологических родителей и Вы не хотите, чтобы они чувствовали себя из-за этого обиженными и одинокими.

Ваше желание найти своих биологических родителей вполне нормально и даже естественно, но при этом Вы должны отдавать себе отчет в



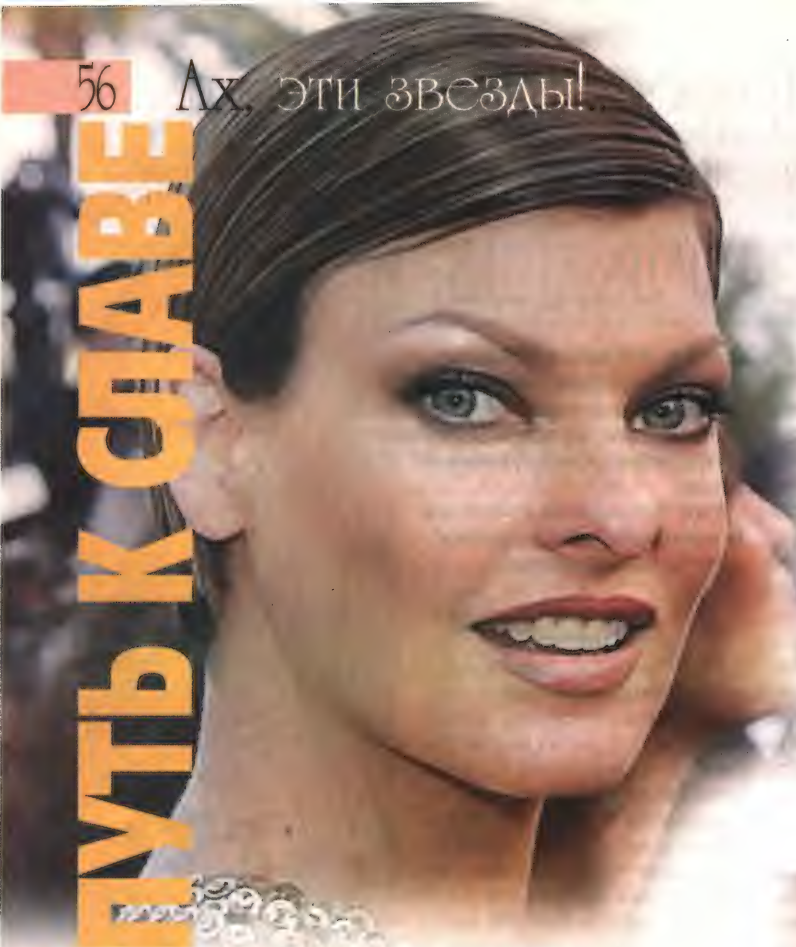
том, что и кого Вы можете увидеть и встретить. Ведь они, биологические родители, могут оказаться пьяницами, наркоманами и т. д., и т. п., а то Вы будете думать, что, вот, они там живут своей жизнью, как обычные люди, и при встрече с Вами обрадуются и, как в программе «Жди меня», кинутся к Вам на шею.

Если Вы к этому не готовы, то лучше и не пытаться с ними встретиться, так как вместо радости эта встреча может принести определенные проблемы, порой серьезные.

Православный календарь на июнь

(новый и старый стиль)

- 1 июня / 19 мая — Блгв. Вел. кн. Димитрия Донского
- 3 / 21 — Владимирской иконы Божией Матери. Равноап. Царя Константина и матери его царицы Елены
- 5 / 23 — Отдание праздника Пасхи и предпразднство Вознесения Господня
- 6 / 24 — Вознесение Господне. Блж. Ксении Петербургской
- 7 / 25 — Отдание праздника Вознесения Господня. Третье обречение главы Предтечи и Крестителя Господня Иоанна
- 14 / 1 июня — Прав. Иоанна Кронштадтского
- 15 / 2 — Троицкая родительская суббота. Поминовение усопших
- 16 / 3 — День Святой Троицы. Пятидесятница
- 17 / 4 — День Святого Духа
- 22 / 9 — Отдание праздника Пятидесятницы.



В современном мире моды все меняется очень быстро, а молоденькие модельки привыкают к подиумам и фотосессиям «с молодых ногтей» и стремительно «наступают на пятки» признанным во всем мире иконам стиля. Но образы суперженщин, которые были когда-то на самой вершине Олимпа модельного бизнеса и безвозвратно вышли из «модельного возраста», до сих пор живут в сердцах их верных поклонников.

Мечтой многих девушек и сейчас остается карьера супермодели. Показы мод, фото на обложках журналов, огромные гонорары за участие в рекламных кампаниях — все эти атрибуты профессии манят как магнит.

Сейчас школы моделей по всему миру собирают девчонок чуть ли не с пятилетнего возраста. А какой путь пришлось пройти знаменитостям? И как им удалось появиться когда-то в нужное время в нужном месте?

ЛИНДА ЕВАНГЕЛИСТА

«Прекрасная с божественной фамилией» появилась на свет 10 мая 1965 года в Канаде. Итальянским родителям Евангелисты было просто предопределено судьбой произвести на свет такого удачного ребенка, ведь дедушки Линды с обеих сторон, по случайному совпадению, носили одну и ту же новозаветную фамилию. Самой судьбой ей было на роду написано быть «избранной». Окончив школу, восемнадцатилетняя Линда вместе с мамой вылетела в Нью-Йорк для участия в конкурсе красоты «Мисс Тин Ниагара», где фактически одержала две победы: первое место в конкурсе и внимание агента из ведущего модельного агентства «Элит».

СИНДИ КРОУФОРД

Она родилась в 1966 году в маленьком провинциальном городке штата Иллинойс. В 16 лет заняла денег у родителей на книги и модный портфель и, чтобы отдать долг, все лето работала на кукурузном поле. Там ее заметил фотограф из местной газеты и предложил сняться для репортажа «о жизни провинции». После этой публикации Синди получила предложения о съемках в более солидных изданиях, а вскоре в чикагском отделении модельного агентства «Элит» стали говорить о восходящей звезде по имени Синди Кроуфорд.

НАОМИ КЭМПБЕЛ

«Черная пантера» родилась в 1970 году в Англии, в Стритхэме. Когда ей было всего 15, ее «нашел» в лондонском парке Ковент-гарден, недалеко от школы, где она училась, агент модельного агентства «Элит». Через год мать отпустила ее на первые съемки в Париж, где Наоми сразу привлекла внимание сильных мира моды своей необычной внешностью и стала первой черной моделью, появившейся на обложке сначала журнала «Тайм», а затем «Вог», выходящего на английском и французском языках.



КРИСТИ ТАРЛИНГТОН

2 января 1969 года в Сан-Франциско, штат Калифорния, родилась Кристи Тарлингтон. В детстве она совсем не думала о карьере в модельном бизнесе. А в 13 лет она была одержима страстью к лошадям. Поощряемая отцом, она тренировалась каждый день и даже участвовала в местных соревнованиях. На одном из соревнований ее и заметил фотограф Дэнни Коуди. Но родители разрешили Кристи попробовать себя в модельном бизнесе только после активных уговоров Дэнни. Сама Кристи к новому занятию отнеслась практично — как к подработке, чтобы платить за занятия конным спортом. Кто бы мог подумать, что она станет всемирно известным лицом компании «Мэйбеллин».

КЕЙТ МОСС

Рост английской манекенщицы Кейт Мосс едва достигает 1 м 70 см. Параметры — 84-58-89. Да, она не классическая модель. В чем же секрет ее успеха? Как говорит она сама: «Взгляд волчицы принес мне миллионы». Она родилась в Англии в 1974 году, и сегодня она просто символ моды. Но, возможно, о супермодели Кейт Мосс не было бы и речи, если бы в 15 лет при возвращении домой в нью-йоркском аэропорту ее не увидела владелица агентства «Сторм» Сара Дукас.

НАДЯ АУЭРМАН

Ее карьера началась после того, как в 1990 году Надю заметили в берлинском кафе и пригласили на съемки для туристического каталога. Всего год спустя фотографии в то время девятнадцатилетней Ауэрман появились на страницах британской версии журнала «Вог». А после съемок в знаменитом клипе Джорджа Майкла «Too Funky» в 1992 году она стала мировой знаменитостью. Ее визитная карточка — платиновые волосы и длинные ноги, составляющие 150 чистых сантиметров.

КЛАУДИА ШИФФЕР

Блондинка-белоснежка родилась в 1970 году в добропорядочной немецкой семье. С детства мечтала стать юристом, как ее отец, отлично училась и была воспитана в строгости. В 15 лет Клаудиа победила на городской олимпиаде по физике и автоматически была зачислена в Мюнхенский университет.

На дискотеке по случаю встречи выпускников школы ее заметил директор агентства «Метрополитен Моделз» и предложил поехать в Париж, чтобы сняться для журнала мод.

За свою карьеру Клаудиа появлялась на обложках журналов чаще, чем любая другая модель. В ее архиве более 400 обложек! А в 1995 году журнал «Пари Матч» назвал ее «самой прекрасной девушкой в мире».

МЕДИЙНЫЕ ШЕФЫ:

Александр СЕЛЕЗНЕВ и Константин ИВЛЕВ

Эти два российских повара, наверное, самые известные, как говорят, «медийно раскрученные», потому что своей популярностью они обязаны телевидению. А профессия повара сегодня стала престижной, возможно, не без влияния этих мастеров своего дела. Не только талантом, но и неординарными личностными качествами они добились высот в профессии. Два лица одной медали: утонченный, сладкий профиль кондитера и полнокровный, эпикурейский анфас шефа.

Наверняка, так и будет, ведь он умеет добиваться поставленных целей.

ВСЕ НАЧАЛОСЬ
С ПРЕОДОЛЕНИЙ

Вся его жизнь — наглядный пример того, как вопреки трудностям жизни, страшным последствиям болезни и даже испытаниям славой осуществлять свои мечты, оставаться самим собой. За океаном его бы назвали воплощением «американской мечты», где трудолюбие и решимость — два ключа к неперемennomу успеху. А ведь это наш, отечественный, пример для подражания!

Детство Саша провел в маленьком поселке при текстильной фабрике недалеко от подмосковного города Подольска, где работали его родители. Когда Саше исполнилось 4 года, у него родился младший брат, и в это же время отец ушел из семьи. Через год Саша заболел свинкой с тяжелым осложнением — потерей слуха. Тогда, в конце 70-х, в поселке о слуховых аппаратах не знали, и выход мальчику пришлось найти самому: научиться читать по губам. В 7 лет пошел в обычную школу, сидел за первой партой, внимательно «слушал», то есть, смотрел на учителей и учился не хуже сверстников. Более того, занимался в хореографическом кружке и окончил музыкальную школу! На вопрос, как это возможно, отвечает: «У меня нет только слуха, а чувство ритма есть. Гармонию, мелодичность, такт я ощущаю прекрасно».

В старших классах, когда пришло время выбирать профессию, мама уговорила сына получить техническую специальность. Она видела его главным инженером на их фабрике и так хотела, чтобы бывший муж и отец тоже это увидел. Александр поступил в Московскую текстильную академию, хотя в душе всегда был кондитером: с детства был сладкоежкой и любил не только есть пирожные, пироги и торты, но и сам научился у бабушки печь. Первым освоенным им рецептом была шарлотка, и до сих пор выпечка с яблоками — его любимый десерт.

Осваивая инженерную специальность, он решил тайно попробовать поступить в кулинарный колледж, но с первого ра-

за это ему не удалось из-за иностранного языка. В школе он учил французский, а в колледже преподавали английский и немецкий. Но все-таки убедил приемную комиссию, что за время учебы он и английский освоит, и красный диплом получит. Настоячивый абитуриент был принят. Но и мамину мечту Саша не предал: в академии перевелся на вечернее отделение и учился сразу в двух учебных заведениях. Конечно, было нелегко, особенно, когда пришлось подрабатывать — в 90-х закрылась фабрика и мама осталась без работы. Решение пришло, когда Саша увидел дома бобины с шерстяными нитками — ими «выплатили» расчет уволенным с фабрики работникам. Попросил у родственницы стоящую без дела вязальную машину, записался на курсы, освоил вязание и открыл на дому мини-производство шерстяных колготок. Вязал в выходные: две пары — в субботу, две — в воскресенье, а в будни, в перерыве между учебой, ехал к «Детскому миру» и в переходе продавал свой товар.

Кулинарный колледж, как и обещал, он окончил с отличием, и его взяли на работу в очень престижный ресторан гостиницы «Метрополь». Правда, сначала он мыл фрукты и чистил картошку, но со временем перешел в кондитерский цех, где в совершенстве освоил рутинную работу, а потом был допущен к десертам. Когда в Москве открылся знаменитый ресторан «Эльдорадо», Александру не только удалось туда устроиться, но и посчастливилось работать под руководством мастера-кондитера из Японии Хедеки Морикава, у которого он учился виртуозной технике высокой кухни. Тогда-то Александр и ощутил скудость своего образования и необходимость совершенствования. Во время учебы на кулинарных курсах во Франции, а затем в Бельгии и Швейцарии он освоил секреты приготовления огромных тортов и мастерство лепки цветов из мастики, приготовление легчайших пирожных, птифур и конфет. Эти знания, помноженные на творческие способности, помогли Александру Селезневу побеждать на многочисленных кондитерских конкурсах и кулинарных фестивалях. Став знаменитым мастером в 30 лет, он создал свой

«БИБЛИЯ КОНДИТЕРА»

Так называется одна из многочисленных книг Александра Селезнева, увидевшая свет 10 лет назад. Она переиздавалась четыре раза и до сих пор считается самой полной энциклопедией любимых в нашей стране кондитерских рецептов. Хотя сам абсолютный чемпион России по кондитерскому мастерству, лауреат Кубка мира по кулинарии живет сейчас в Монако и с 5 утра работает в собственной кондитерской, исполняя обязанности не только владельца, но и управляющего, шеф-кондитера, директора по развитию, менеджера и координатора доставки. Это при том, что в Москве работает и приносит прибыль созданный им 15 лет назад «Кондитерский дом Александра Селезнева», продаются и переиздаются 20 его книг, снимаются очередные телепередачи с его участием, а кулинарные мастер-классы Селезнева востребованы не только в России, но и за рубежом.

Можно бы уже и на лаврах почивать!

«СЛАДКАЯ ИСТОРИЯ»

Она такова: «В 28 лет я стал чемпионом России по кондитерскому мастерству. С тех пор было много побед и медалей, несколько раз было ощущение, что я достиг своего потолка. Я вообще закрытый человек. И если бы не необходимость, сидел бы в своем подмосковном доме, курил сигары, гулял с собаками в саду и никуда не ездил. Книжки написаны, программы сняты, производство налажено. Но надо выходить из зоны комфорта! И я просто вернулся к своим корням. Я — кондитер, и должен работать руками, но в последние годы со всеми этими передачами, гастролями, фестивалями практически забыл, что это такое».

А в Монако я занимаюсь настоящим делом и на совершенно другом уровне. Со временем, я думаю, люди будут говорить: «В Монако есть русский, который делает потрясающую выпечку и десерты».

«Кулинарный дом», а его телепередача «Сладкие истории» уже много лет одна из самых популярных на ТВ. Кстати, чтобы профессионально вести эфир, Александр окончил и курсы актерского мастерства.

Селезнева называют любимым кондитером звезд российской эстрады, его непревзойденные торты являются апофеозом юбилеев Киркорова, Баскова, Галкина, Юдашкина, Орбакайте и т. д. На 60-летие Аллы Пугачевой десять человек выкатывали на сцену его огромный восьмидесятирусный торт, на котором красовались, ну, почти «миллион алых роз», которые Александр лепил из кондитерской мастики два месяца.

Сам кулинарный маэстро — поклонник здорового питания, его любимое блюдо — помидоры с моцареллой и яблочный пирог. Он не обременен семьей, с ним живут любимые животные: бернский зенненхунд Жорик и кошка Мурка. Александр коллекционирует телескопы, а его хобби — садоводство и фотография. В планах на будущее открыть еще две зарубежные кондитерские — в Дубае и Мюнхене — наладить там работу, как в Монако, а затем отправиться в кругосветное путешествие.



Ивлев Константин

«МОЯ ФИЛОСОФИЯ КУХНИ»

Так называется первая книга Константина ИВЛЕВА, вышедшая 15 лет назад и до сих пор пользующаяся читательским спросом из-за замечательных рецептов, рассуждений о жизни и откровений о профессии. Например, таких: «Твой успех складывается из нескольких вещей: опыта, конкретных блюд, фантазии. Если еда востребована, если она нравится людям, они начинают к тебе приходить изо дня в день, из года в год, приводить с собой друзей... А ради чего живет каждый повар, каждый художник, каждый поэт?

Чтобы донести свою мысль до слушателей и зрителей. В нашем случае — до любителей еды».

«Работа шеф-повара в чем-то похожа на работу сапера: один раз подал плохое блюдо — и потерял клиента: конкуренты тоже не спят. Хотя я ни на кого не равняюсь и никого не догоняю: пусть догоняют меня».

И это не рисовка знаменитого шефа, он, действительно, многого достиг и до, и после выхода книги. Кроме побед в чемпионатах России по кулинарии, Ивлев трижды обладатель звания «Шеф года» по версии разных журналов, является членом Французской гильдии гастрономов и возглавляет Федерацию профессиональных поваров и кондитеров России. Его мечта на сегодняшний день — открыть именной ресторан, но не под себя, а уже под сына, двадцатилетнего Матвея, который решил пойти по стопам отца. С детства он умел готовить себе еду, знает немало неординарных рецептов, отцовских секретов, и, конечно, получит блестящее профессиональное образование. Когда младшему Ивлеву было 11, он стал соавтором отца в книге для детей и взрослых «Готовим на раз, два, три!». Быть поваром, шефом сейчас престижно, модно и выгодно! Ивлев-старший считает, что ресторанный бизнес нынче переживает второй возрожденческий период — переход в качество, достижение лучших мировых образцов — новый виток по спирали развития.

Предыдущий виток — ресторанная революция начала 90-х, когда один за другим открывались десятки, сотни новых ресторанов и кафе. Сам Константин попал в эту «кухню», в общем-то, случайно: в школе учился плохо, о том, чтобы идти в 9-й класс, и речи не шло, надо было выбирать ПТУ. В том районе Москвы, где жила семья Ивлевых, было три ПТУ: автослесарное, медицинское и кулинарное, а так как Константин любил поесть и умело помогал маме на кухне, то и выбрал последнее. Учился там с интересом, вместе с будущим коллегой и партнером Юрием Рожковым. После окончания училища, кстати, с отличием, был призван в армию, а после возвращения первый год работал в студенческой столовой и приобрел количественный опыт: приходилось обслуживать до тысячи человек в час. Потом стал приобретать опыт качественный — в первых совместных с иностранными партнерами ресторанах. Здесь он узнал, как высок европейский уровень. Приезжавшие из-за границы мастера обучали и поварскому искусству, и управленческому. Следующая ступень — профессиональные стажировки в мишленовских ресторанах Франции, Швеции, Испании и США. Затем работа шефом в престижных столичных заведениях, приглашения на телевидение ведущим популярных кулинарных программ «Спросите повара», «Неделя еды», «Вкус по карману», «Моя — твоя еда», «Съешьте это немедленно!»

и в самых топовых реалити-шоу «На ножах» и «Адская кухня». В качестве концепт-повара работает по всей России, придумывает и запускает оригинальные стартапы, открыл кулинарную школу «Ask the Chef».

Освоив в достаточной мере мировой кулинарный опыт, обратился к русской кухне. По его мнению, блюда русского изобретения были в советское время донельзя упрощены. И Константин Ивлев считает своей миссией возродить богатую русскую кухню, сочетая родные отечественные продукты с современными технологиями. Задолго до введения импортозамещения он стал апологетом приготовления блюд исключительно из российских продуктов. И свои новые оригинальные рецепты придумывает в соответствии с этим принципом. Например, «стерлядь, томленная в березовом соке».

Два самых любимых продукта Ивлева-повара — черная икра и земляника, а самая любимая его еда — два беляша — не больше и не часто: иногда он специально едет в город Дмитров, это в 76 километрах от Москвы, покупает там два «самых вкусных в России» беляша и съедает их на обратной дороге. «Я готов, как Моисей, пройти сквозь пустыни и получить потом истинное эстетическое удовольствие». Ну, а в повседневной жизни ест кашу и яичницу на завтрак, тешины сырники и омлеты жены, а также сосиски с гречкой и бутерброды с докторской колбасой.

Четверть века назад бросил пить, не курит, много плавает и бегает на длинные дистанции. Любящий отец сына и дочери. Несмотря на экстравагантно-злой образ телевизионного шефа, дома он — примерный муж. Жену Марию обольстил на первом свидании, на которое опоздал на два часа, собственноручно приготовленными горячими пирожками вместо букета и конфет. В быту добрый и спокойный, на работе он жесткий и требовательный педант, так как сам законченный перфекционист, но очень справедливый начальник, поэтому уважаем коллегами и персоналом.

Он не считает, что клиент всегда прав: «если посетители выдвигают несурзные требования и несут несусветную чушь», шеф Ивлев, не церемонясь, просит их покинуть ресторан. Если ему самому в заведении, которое он посещает как гость, что-либо не нравится, он просто не платит чаевые, но никогда не высказывает недовольство в адрес повара, считает, что просто его вкус не совпадает со вкусом того, кто готовил блюдо. Не переживает и по поводу ресторанный критики — если не принимают, значит не понимают в профессиональных поварских нюансах...

Дома у него больше двухсот поваров — коллекция кукол и фигурок из разных стран мира, в том числе и его миниатюрная копия, сделанная по заказу жены к его сорокалетнему юбилею.

Подготовила Мария ПЕТРОВА

Через неделю единственная дочь Елены Аркадьевны, Полина, выходила замуж и вместе с новоиспеченным зятем Димой они сразу же улетали в свадебное путешествие на Мальдивы. Свадьбу было решено сыграть в сентябре, как и положено, шумно, с размахом, в дорогом ресторане. Так хотел зять, а дочь с ним во всем соглашалась и сияла от этой перемены в ее жизни и окончания материнской опеки.

В связи с этим событием у Елены Аркадьевны было двойственное состояние: с одной стороны, она вроде и радовалась привалившему счастью дочери, хотя вроде бы и рано еще, а с другой стороны — зять ей не нравился, она даже побаивалась его. Да, вообще-то, в жизни редкой теще зять бывает в угодку.

Зять был старше дочери на 17 лет, разведен, с большими залысинами, животиком, но «крутой перец»: с квартирой, машиной, всегда при деньгах и с красивыми пакетами подарков. Иногда перепадало и будущей тещеньке.

А ее Полинка была как статуэточка: стройная, чистая, невинная, голубоглазая, с длинными русыми волосами и гордым и независимым взглядом, как у ее отца, который даже не знал, что вот уже 19 лет у него есть такая доченька.

Она была еще и умница: отлично училась в педагогическом университете на факультете иностранных языков.

На конкурсе «Мисс университет» зятек ее и увидел, будучи членом комиссии, потому что филиал его банка тоже принимал участие в этом мероприятии. Пришел, увидел, победил... Правда, ее подруга Олеся оценила ситуацию по-своему: «Пришел, увидел и купил...».

Многие расценивали

все это как купля-продажа еще и потому, что еще до регистрации Полина должна была подписать брачный контракт. И хотя она всех уверяла, что при любом раскладе событий она остается в выигрыше — это настораживало Елену Аркадьевну. А все потому, что в ее жизни тоже были условия, условия супружеской жизни, которые она не приняла, но была

не помещались в него. И перед ее глазами проплывали годы детства, школьная пора, выпускной, поступление в университет. Но никак из памяти нельзя было вычеркнуть историю рождения дочери, вернее, запрет на ее существование...

Случилось это еще в прошлом веке, когда она холодным осенним вечером познакомилась с ее

Ей в ту пору было 37 лет, хотя из-за стройности и привлекательности никто этих лет ей не давал.

Водитель, которого звали Игорь, быстро довез ее до подъезда дома, расспросив попутчицу обо всем, что ему было интересно. Она отвечала механически, из вежливости, но с надеждой, что, может, это и есть ее последний шанс устроить жизнь.

Но она видела, что он моложе ее, respectable, смелее и разговорчивее...

У него были большие серо-голубые глаза, твердый взгляд, красивый профиль, густые черные волосы — просто принц из сказки.

Но ей в этот вечер было не до заигрываний, она после работы допоздна печатала главу монографии профессору с кафедры лазерной физики, путалась в формулах и сложных научных терминах. Но эта подработка ей была очень нужна, так как зарплаты библиотекаря университета хватало ей только на самое необходимое, а она так хотела поехать летом к морю.

Однако из вежливости Лена пригласила Игоря на чашечку кофе. Он отказался, денег за проезд не взял, а взял номер ее рабочего телефона. Терять такой шанс она не хотела.

Он позвонил через неделю, когда она уже забыла об этом вечере, но обрадовалась звонку, как девчонка, и согласилась пойти с Игорем в кино.

С этого вечера всё и закрутилось: он встречал ее на машине с цветами, провожал до дома, заходил пить кофе, иногда оставался ночевать, и уже тогда утром ему подавали кофе в постель, кормили и давали выстиранную и выглаженную рубашку.

Через месяц он пригласил ее к себе домой, по-



счастлива и без них.

Счастлива, потому что у нее была Полинка, ее солнышко, которое теперь будет светить в другой квартире, в другой жизни, другому человеку...

Она включила торшер, села в кресло и стала листать потрепанный альбом с ее фотографиями, сначала черно-белыми, а потом цветными всех размеров, которые уже и

отцом, ожидая на остановке свой 26-й автобус. Ночь приближалась с каждой минутой, а транспорта все не было. Ничего не оставалось, как ловить такси. Она сделала первый шаг на дорогу и сразу же притормозила машина, выглянул водитель и пригласил в салон. Это был шаг навстречу ее новой жизни, новых событий, которые перевернут всю ее жизнь.

просив повесить новые шторы.

Вешали после работы допоздна, потом она и у него оставалась все чаще и все происходящее считала подарком судьбы, выстраданным счастьем после потери родителей. И то, что она случайно узнала — он был на два года младше, — ее тогда совсем не тревожило.

Она проглотила и то, что до нее он был дважды женат, но детей от этих браков у него не было.

Елена не задавала лишних вопросов, была его тенью, его мамой, его другом, его жилеткой. Его в ней все тоже устраивало.

Так прошло полгода. Накануне 8 марта он предложил ей расписаться и жить в гостевом браке: два дня — у него, два дня — у нее, а выходные у них свободны.

Она промолчала, но ее подруги завидовали ей даже в этом.

На праздник он пришел к ней с букетом мимозы

и коробкой своих любимых конфет «Птичье молоко». Всё остальное она приготовила сама. Когда они выпили по первому бокалу шампанского, он протянул ей листок бумаги из школьной тетради в клеточку.

Корявым почерком наверху было написано и подчеркнуто заглавие: «Условия семейной жизни».

Их было 19, но сейчас она помнила только несколько из них. И на первом месте стояло именно это: никаких детей.

Там были и другие, но для нее остальные пункты не были важными, и сейчас она вспоминала о них с трудом.

Не менять девичью фамилию.

Не запрещать ему выпивать.

К каждому празднику его мамочке посылать бандероли с подарками.

Вести раздельный бюджет.

Отдыхать в отпуск от-

дельно.

Согласовывать проведение ремонта и крупные покупки.

Лето проводить на его даче.

Не разговаривать с подругами в его присутствии по телефону.

Каждый день выдавать ему свежую рубашку.

Печь пироги...

И еще что-то, что вызвало у нее улыбку.

19 условий перечеркнули в ее сердце уже зародившиеся чувства к этому человеку, их будущую жизнь с ним, ее призрачное женское счастье и радость жизни. Из глубины души пришел ураган негодования и на его пике она сказала, что ни один этот пункт ее не устраивает. Его взгляд выражал удивление, ведь он ждал другого, но она опять повторила ему эти же слова. Он выхватил из ее рук листок, сложил его вчетверо, положил в карман и пошел к двери. Она его даже не проводила.

Вот так рухнул ее последний шанс.

А месяц спустя... она поняла, что беременна, хотя ей было уже почти 38. И, сидя в очереди к гинекологу, она молила всех богов, чтобы не было противопоказаний, чтобы ей разрешили сохранить эту жизнь, хотя она до конца еще и не понимала и не представляла, сколько моральных и материальных трудностей ей придется пережить вместе с дочуркой, но всю ее дальнейшую жизнь это первое условие из 19 будет ее болью, радостью и главным смыслом жизни.

...Она закрыла переполненный фотографией альбом и тихим шепотом попросила Господа Бога, чтобы в брачном контракте ее дочери не было такого пункта. Она хотела быть счастлива и дальше в будущих внуках.

ЧИТАЙТЕ

НАШЕ ИЗДАНИЕ В МОБИЛЬНОМ ПРИЛОЖЕНИИ VIPISHISMART.

ОЦЕНИТЕ УДОБСТВО ЭЛЕКТРОННОЙ ВЕРСИИ!

ТЕПЕРЬ ВСЕ ВЫПУСКИ ЛЮБИМЫХ ИЗДАНИЙ ВСЕГДА ПОД РУКОЙ!

«VipishiSmart» — цифровой киоск прессы для пользователей мобильных устройств, работающих на платформах iOS и Android.

Киоск дает возможность покупать, скачивать бесплатно и читать любимые журналы и газеты с любых цифровых устройств.



СКАНВОРД

№ 5

Точное повторение	к	о	п	ч	з	Съедобная часть ореха	Сеточка на женской шляпе	в	у	а	н	б	Вышивка плотными стежками
Бытовые удобства	о	Накладные волосы	а	Женский парфюм	г	у	х	ч	Английская водка	Чувство меры, деликатность	а	Нашивка вдоль брюка	з
Безлобная шутка	ю	м	о	р	Условие заключения спора	р	Печь для хлебных ломтиков	Заинтересованность	с	т	ч	м	у
Нижняя часть уха	р	Танец из Аргентины	Действие наудачу	р	ч	и	с	к	Отец жены	т	е	с	т
Актёр в массовых сценах	с	Тает	а	т	ч	с	т	Розыгрыш в лотерею	Нижняя часть платья	з	Войлочный плащ на Кавказе	а	Ведущий строгий образ жизни
Прямая огородная трава	у	к	р	о	п	Тонкая кружевная ткань	м	Сумка, носимая на спине	Состояние отрешённости, экстаза	Он краснеет при варке	к	Цвет, окраска	е
Знак зодиака	р	е	г	и	с	Крупный мужской монастырь	л	а	в	р	а	Суп из свежей рыбы	о
Модный салон-магазин	н	Русский художник	р	е	п	ч	н	Морская хищница	а	к	у	л	а
Полосатая ткань для чехлов	б	у	т	ч	к	Красный рекламный газ	н	е	о	н	Промысловая рыба	х	е
Организм мужского пола	с	а	м	е	ц	Начало состязания	с	т	а	р	т		

Ответы на сканворд № 4 по горизонтали: рагу, агент, шлягер, ромашка, Ирина, том, шафран, донна, Анапа, собор, воин, кресло, кактус, рис, тост, оби, курс, гибрид, лотос, Весы, палас, болеро, омар, урюк, ирис, луна, арфа, кролик.

По вертикали: зверь, вулкан, зебра, киоск, Багира, улыбка, герань, утро, перина, ост, лиф, парус, опера, страда, сари, иск, лоск, романс, лавина, носок, соло, штаб, торт, мул, ушко, отруби, сани, Амур, сидр, рак.

ТОВАРЫ ОТ БРАТЬЕВ БЕЛАРУСОВ

НАТЕЛЬНАЯ ИКОНКА цена: 399р.
из **лечебного камня обсидиана**
«Божья Мать Семистрельная» (от злых людей),
«Богородица Казанская» (для слабовидящих и незрячих),
«Матрона Московская», «Святая София» (от болезней),
«Неупиваемая чаша» (защита от пьянства),
«Николай Чудотворец» (оберегает водителей),
«Ангел-Хранитель» (оберегает от беды),
«Блаженная Валентина» (защита всех матерей).

на сайте: wolvesby.ru

Цена одного изделия позолота 24к.: 899р., Кольцо и серьги
серебро: 499р.



Кольцо и серьги
«Нежный жемчуг»
Белый жемчуг 1399р.
Цена одного изделия
позолота 24к.: 699р.,
серебро: 399р.

Кольцо и серьги
«Греческая фантазия»
Кольцо и серьги
«Лепестки
здоровья»
Мужские,
женские
и детские
крестики

Кольцо
«Янтарь» 1199р.
Длина 50см,
вес 56г,
диаметр
10мм

Икона Шарбель в багетной рамке
под стеклом из долговечной и
прочной древесины граба.

Выполняется только под заказ!

Размеры: Толщина:
Ширина Высота 3.7см
20см x 22см 1999р.
27см x 30см 2399р.
28см x 32см 2599р.

Серьги «Янтарь»
цена: 1399р.

Браслеты от глаза
для детей
и взрослых
«Красная нить»
399р.

ГЕМАТИТОВЫЙ БРАСЛЕТ
Нормализует давление
цена: 499р.

Бусы
Природный
ЯНТАРЬ
4х видов:
вес: 15г 899р., 35г 1399р.,
60г 2399р., 73г 2999р.

«Святой Целитель Шарбель»
количество
ограниченно
цена: 599р.
исцеляет все болезни

Бесплатный звонок по всей России:
8-800-200-15-57
Viber +375-25-735-71-71

Цепочка и браслет
«Вьюнок» позолота 24к. и серебро:
мужские и женские
Цепочка:
899р.
Длина 60 см
Браслет (20 см)
1199р. 599р.

Кольца «Спаси
и сохрани»
и Пресвятой
Богородицы
ширина 3 и 6 мм
Кольцо
обручальное
(размеры: 15-25)



ЖИВОТВОРЯЩАЯ ИКОНА. В рамке под стеклом 39
исцеляющих икон в одной иконе. Размер 27см x 27см
Отличный подарок вашим близким, друзьям
и родным!
цена: 2499р.
Цена со скидкой: 1299р.



Дамы, посмеемся!

Люблю XXI век... Идешь себе спокойно под снегом: тушь
не потечет — ресницы нарастила, прическа не испортится
— кератин, брови не размажутся — татуаж. Не баба, а уни-
версальный солдат!

— Ну, конечно, это Гуччи! Примерьте! Становитесь на
картонку, а я пока штормку подержу!..

Буратино заходит в класс с пеньком в руках:
— Родителей в школу вызывали?

— Ой, как кружится голова! Оказывается, можно быть
пьяной и без вина!
— Конечно! Еще водочки?

Поцеловал он спящую царевну — та проснулась, посмо-
трела на него и легла спать дальше.

Объявление: «Молодая, привлекательная, умная и бедная
девушка мечтает познакомиться с мужчиной, обладающим
противоположными качествами».

— Мам, ты что, хочешь похудеть?
— Ну да!
— Зря. Зимой будешь мерзнуть!

Главное — чтобы девушка не скучала. Не можешь ее раз-
веселить, тогда хотя бы расстрой ее чем-нибудь!..

Всё самое вкусное и сладкое в любой семье достается де-
тям. То, что чуть-чуть похуже — матерям. А совсем уж горь-
кое и противное — такое, что даже закусывать приходится,
— традиционно достается на долю бедных отцов.

— Мне кажется, жена хочет со мною развестись.
— Почему ты так думаешь?
— Вчера она привела в гости свою подругу!
— Ну и что?
— Ты не представляешь, какая это красавица!

— Чтобы отбить у меня желание повышать голос, надо
грозно ударить по столу пуховкой на Мальдивы!

Красивой женщине всё к лицу. Даже маленький, лысень-
кий и старенький миллионер...

— А что, хлеб не свежий?
— Свежий, свежий, нажимайте сильнее!

Когда золотую рыбку обваляли в муке, она поняла, что это
намеки, и все-таки согласилась выполнить еще пару жела-
ний.

— Нам надо расстаться!
— Ладно, только береги колени!
— Зачем?
— Приползешь еще...

на второе полугодие



(цена без почтовых услуг)

**Наши индексы
в «Каталоге российской
прессы»**

60672 —

«Веста-М» —
26 рублей (1 месяц)
156 рублей (6 месяцев)

60673 —

«Веста-М. Здоровье» —
21 рубль (1 месяц) — 126 рублей (6 месяцев)



**Наши индексы
в каталоге «Почта
России»**

П2181 —

«Веста-М» —
26 рублей (1 месяц) —
156 рублей (6 месяцев)

П2194 —

«Веста-М. Здоровье» —
21 рубль (1 месяц) — 126 рублей (6 месяцев)

П5293 —

комплект «Веста-М. +
Веста-М. Здоровье» —
42 рубля (1 месяц) — 252 рубля (6 месяцев)



**Наш индекс
в каталоге «Пресса
России»**

51182 —

комплект
«Веста-М. + Веста-М.
Здоровье» —
42 рубля (1 месяц) —
252 рубля (6 месяцев)

ISSN 1818-7684



9 771818 768369



19005

Оформить подписку на газету «Веста-М» можно, не выходя из дома, через Интернет-магазины, в том числе на электронные версии!



на сайте <http://vipishi.ru>
выпиши.рф
или на сайте <https://podpiska.pochta.ru/>



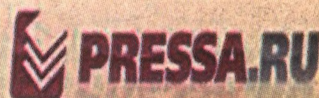
В строке «Поиск» напишите «Веста-М».

Выберите период, в течение которого желаете получать газету.

Заполните строки «Адрес» и «ФИО».

В графе «Доставка» выберите, где Вам удобнее получать газету.

Выберите способ оплаты.



ЭЛЕКТРОННЫЕ ВЕРСИИ ПЕЧАТНЫХ ИЗДАНИЙ

А также можно читать газету он-лайн (электронную версию) на pressa.ru.

Выберите в разделе «Поиск» «Веста-М» и оплачивайте любым доступным для Вас способом.

Для пользователей iPad: установите на свой iPad приложение Pressa.rureader, подписывайтесь на сайте, а читайте на iPad.